**Ngày soạn: 30/8/2023**

**Ngày dạy:**

**CHỦ ĐỀ: CHẠY NGẮN**

Tiết 1: **Bài 1: Các động tác bổ trợ kĩ thuật chạy cự li ngắn**; **Phối hợp trong giai đoạn xuất phát cao và chạy lao sau xuất phát.**

- Học một số bài tập bổ trợ; Xuất phát vai hướng chạy và lưng hướng chạy.

- Trò chơi “Chạy tiếp sức”.

**I. Mục tiêu bài học**

# 1. Về kiến thức:

- Học sinh biết và thực hiện được một số bài tập bổ trợ; Xuất phát vai hướng chạy và Lưng hướng chạy, trò chơi “Chạy tiếp sức”.

**2. Về năng lực:**

# 2.1 Năng lực đặc thù.

- **Năng lực vận động cơ bản:** Học sinh nhận biết và thực hiện được một số bài tập bổ trợ; Xuất phát vai hướng chạy và Lưng hướng chạy, trò chơi “Chạy tiếp sức”.

- **Năng lực hoạt động TDTT**: Học sinh lựa chọn được và thường xuyên tập luyện nội dung bài học phù hợp để nâng cao sức khoẻ. Học sinh tham gia tốt trò chơi.

**2.2 Năng lực chung.**

- **Năng lực tự chủ và tự học:** Học sinh có ý thức chủ động trong tập luyện , học tập, biết xem tranh ảnh trong sách giáo khoa phục vụ ND bài học, tự điều chỉnh tình cảm thái độ, hành vi của bản thân.

- **Năng lực giao tiếp và hợp tác**: Có ý thức lắng nghe, phản hồi tích cực trong quá trình học tập, xác định được mục đích nội dung, phương tiện, và thái độ giao tiếp, xác định được mục đích và phương thức hợp tác. Học sinh trình bày được sản phẩm học tập tương tác và hợp tác với bạn học.

- **Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo**:Học sinh thực hiện được các nhiệm vụ học tập, bài tập và trò chơi vận động theo yêu cầu của giáo viên.

**3. Về phẩm chất.**

- **Trung thực:** Học sinh tự giác tham gia đầy đủ các hoạt động học tập và hoàn thiện nhiệm vụ vận động, có ý thức đấu tranh với các hành vi thiếu trung thực trong học tập và trong cuộc sống.

- **Chăm chỉ:** Học sinh chủ động hoàn thành lượng vận động của bài tập, tích cực tham gia trò chơi vận động, luôn có ý thúc vươn lên đạt kết quả tốt trong học tập.

- **Nhân ái:** Học sinh có ý thức tôn trọng ý kiến của các thành viên trong nhóm khi hợp tác, gúp đỡ lẫn nhau trong khi tập luyện. Yêu quý và tôn trọng sự khác biệt giữa mọi người,

- **Trách nhiệm:** Học sinh có trách nhiệm với bản thân. Có trách nhiệm với môi trường sống. có trách nhiệm hoàn thành nội dung tập luyện.

# II. Thiết bị dạy học và học liệu.

# *+ Chuấn bị của giáo viên:* Trang phục gọn gàng, Kế hoạch bài dạy, Còi, dây đánh đích, đồng hồ bấm giây, tranh ảnh*.*

# *+ Chuẩn bị của học sinh:* Trang phục (giày TT), sách giáo khoa phù hợp với tiết học.

**III. Tiến trình dạy và học.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1. Hoạt động 1: Mở đầu (10** phút) | | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:** Tiếp nhận ban đầu về nội dung học tập; Hoàn thành LVĐ khởi động  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Học sinh tiếp nhận được về nội dung học tập;  - SP2: Học sinh chuyển được trạng thái cơ thể hoạt động bình thường sang trạng thái vào hoạt động cao hơn. | | | | | | | |
| **Nội dung** | | **LVĐ** | | **Tổ chức thực hiện** | | | |
| **Hoạt động của Gv** | **Hoạt động của HS** | | |
| \* Nhận lớp. - Kiểm tra sĩ số, dụng cụ, sân tập, hỏi thăm tình hình sức khỏe học sinh.  - Phổ biến nội dung và mục tiêu bài học  **\* Khởi động chung:**  - Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân.  - Xoay các khớp:  ( Cổ tay cổ chân, khớp khuỷu tay, khớp bả vai, khớp hông, khớp gối. )  - Ép dọc ép ngang.  **\* Khởi động CM:**  **-**  Chạy tại chỗ.  - Cúi gập đánh tay tại chỗ  - Vặn mình . | | 1Vòng  2l x 8n  2l x 8n  1- 2 lần  1- 2 lần  1- 2 lần | | ***Bước 1: GV giao nhiệm vụ:***  -GV nhận lớp, kiểm tra sức khỏe học sinh, phổ biến nội dung và mục tiêu bài học.    - Gv di chuyển, quan sát và chỉ dẫn đôn đốc học sinh.  - Gv vỗ tay nhanh dần điều  ***Bước 4: GV kết luận, nhận định:***  - GV GV sử dụng PP trực quan và PP lời nói  (SP1): Đánh giá qua quan sát | ***Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ:***  - Cán sự lớp tập hợp lớp theo đội hình 4 hàng ngang, báo cáo sĩ số.  - HS quan sát, lắng nghe nội dung và mục tiêu giờ học. - Đội hình nhận lớp.- Hs chạy nhẹ nhàng, quan sát địa hình, nghiêm túc. - Cả lớp thực hiện theo nhịp hô của cán sự.  - Đội hình khởi động.    - Cả lớp thực hiện đồng loạt theo hiệu lệnh (tiếng vỗ tay nhanh dần điều của Gv)  - Đội hình khởi động CM    ***Bước 3; Tổ chức báo cáo.***  - Cán sự lớp báo cáo kết quả hoàn thành lượng vận động khởi động. | | |
| **2. Hoạt động 2: Hình thành kiến thức mới (8 phút)** | | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Bước đầu học sinh nhận biết và mô phỏng được các động tác; Xuất phát vai hướng chạy và Lưng hướng chạy.  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Động tác mô phỏng được kĩ thuật động tác; Xuất phát vai hướng chạy và Lưng hướng chạy. | | | | | | | |
| - Nghiên cứu tranh và mô tả cách thức thực hiện kỹ thuật.  - Quan sát động tác mẫu , nghe GV phân tích và thực hiện kỹ thuật động tác.  - Xuất phát vai hướng chạy và Lưng hướng chạy.      - | | 4 phút  3Phút  2 -3 lần | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV Chia lớp thành 04 nhóm, phát tranh kĩ thuật động tác cho các nhóm tự nghiên cứu và tập mô phỏng động tác  - GV làm mẫu, phân tích kỹ thuật và hướng dẫn cả lớp thực hiện mô phỏng; kết hợp với quan sát và sửa sai.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  - GV nhận xét, đánh giá về mức độ tiếp thu kiến thức, kỹ năng của HS.  - (SP1) GV đánh giá bằng PP hỏi đáp, công cụ thang đo cho theo 2 mức:  + Đạt: Mô tả được kỹ thuật động tác  + Chưa đạt: Mô tả chưa được tư thế | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - Nhóm trưởng điều hành HS trong nhóm xem tranh, thảo luận và thực hiện mô phỏng Xuất phát vai hướng chạy và Lưng hướng chạy.  - Học sinh chủ động hợp tác trao đổi ý kiến.  - HS lắng nghe, quan sát GV làm mẫu và phân tích.  - Học sinh thực hiện mô phỏng theo hướng dẫn của giáo viên từ chậm đến nhanh, thực hiện đồng loạt 7 đến 10 lần.  ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - GV mời đại diện một số nhóm mô tả cách thức thực hiện và thực hiện mô phỏng kĩ thuật động tác, sau đó mời các nhóm còn lại nhận xét. | |
| **3. Hoạt động 3: Luyện tập (12 phút)** | | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biết các động tác; Xuất phát vai hướng chạy và Lưng hướng chạy.  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Học sinh thực đúng kĩ thuật động tác Xuất phát vai hướng chạy và Lưng hướng chạy. | | | | | | | |
| \* Thực hiện tập luyện;  - Lưng hướng chạy.    - Xuất phát vai hướng chạy | 3L x 15m  3L x 15m | | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV hướng dẫn và tổ chức học sinh tập luyện lần lượt các bài tập theo hình thức nhóm đồng loạt; lưu ý những sai sót thường gặp và cách sửa sai.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí:  - Đạt: Thực hiện được kĩ thuật động tác  - Chưa đạt: Thực hiện chưa đúng kĩ thuật động tác | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - Tập luyện nước chảy:  + Hs thành 3 - 4 hàng dọc lần lượt 3 – 4 hs lên thực hiện theo hiệu của cán sự  - Đội hình tập luyện.    ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - GV chọn một HS thực hiện đúng, một học sinh thực hiện chưa đúng. GV gợi ý để HS nhận xét và GV đưa ra kết luận. | |
| **4. Hoạt động 4: Vận dụng (10phút)** | | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biết vận dụng chơi trò chơi.  - Biết vận dụng xuất phát vai hướng chạy và Lưng hướng chạy vào tập luyện ngoài giờ.  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Số hiệp thực hiện nhanh nhất của 2 đội.  - SP2: Thực hiện đúng xuất phát vai hướng chạy và lưng hướng chạy và Vận dụng vào hoạt động tập luyện thể dục thể thao và trò chơi ở trên lớp cũng như ngoài giờ học. | | | | | | | |
| - Thực hiện trò chơi “***chạy tiếp sức*** ”.  - Suy nghĩ và trả lời câu hỏi sau:  ? Em hãy lên thực hiện xuất phát vai hướng chạy và lưng hướng chạy. | 3 hiệp  1L x 10m | | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV chia lớp thành 02 đội bằng nhau. Giáo viên phổ biến nội dung trò chơi, cách chơi luật chơi và tổ chức trò chơi.  - Gv gọi 1 -2 em lên thực hiện.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  - GV đánh giá thông qua kết quả của mỗi đội, đội nào có số hiệp thực hiện nhanh nhất thì xếp trên, tuyên dương và nghe phản hồi từ HS.  - GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí:  - Đạt: Thực hiện được kĩ thuật động tác  - Chưa đạt: Thực hiện chưa đúng kĩ thuật động tác | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS quan sát, lắng nghe và thực hiện trò chơi  - Học sinh chơi trò chơi nhiệt tình đoàn kết.  - Đội hình trò chơi.  Description: Description: IMG_20210809_220116 (1)  - Học sinh lên thực hiện kĩ thuật động tác  ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - HS báo các kết quả thực hiện trò chơi  - Hs nhận xét khả năng thực hiện động tác của bạn. |
| **5. Hoạt động: Kết thúc (5phút)** | | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biêt cách đưa cơ thể về trạng thái ban đầu.  - Học sinh biêt cách định hướng tự học và luyện tập ở nhà  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Cơ thể được hồi phục sau luyện tập.  - SP2: Phẩm chất, năng lực hình thành ở HS. | | | | | | | |
| **\* Hồi tĩnh:**  - Thả lỏng cơ toàn thân  (nên sử dụng âm nhạc làm nền khi học sinh thả lỏng)  **\* Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà:**  - Ưu điểm; Hạn chế cần khắc phục  - Hướng dẫn tập luyện ở nhà  **\* Xuống lớp:** | 3 phút  2 phút | | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - Hướng dẫn HS thực hiện thả lỏng; nhận xét giờ học  - Hướng dẫn HS sử dụng SGK để tự tập luyện (buổi học sau mời 1 - 2 HS thực hiện kĩ thuật động tác). | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh  - HS chú ý lắng nghe.  - HS tiếp nhận bài tập của GV: Tự tập luyện ngoài giờ, các tình huống vận dụng. |

* Rút kinh nghiệm:

|  |  |
| --- | --- |
| ……………………………………….. | Kí duyệt, |
| ……………………………………….. |  |

Ngày soạn: 30/8/2023

Ngày dạy:

**CHỦ ĐỀ: CHẠY NGẮN**

**Tiết 2 Bài 1: Các động tác bổ trợ kĩ thuật chạy cự li ngắn**; **Phối hợp trong giai đoạn xuất phát cao và chạy lao sau xuất phát.**

- Ôn tập xuất phát vai hướng chạy và lưng hướng chạy

- Tìm hiểu môi trường tự nhiên và các yếu tố của môi trường tự nhiên.

- Trò chơi “Chạy tiếp sức”.

**I. Mục tiêu bài học**

# 1. Về kiến thức:

- Học sinh biết và thực hiện được một số bài tập bổ trợ; Xuất phát vai hướng chạy và Lưng hướng chạy, biết được lợi ích của môi trường tự nhiên và các yếu tố của môi trường tự nhiên, trò chơi “Chạy tiếp sức”.

**2. Về năng lực:**

# 2.1 Năng lực đặc thù.

- **Năng lực vận động cơ bản:** Học sinh nhận biết và thực hiện được một số bài tập bổ trợ; Xuất phát vai hướng chạy và Lưng hướng chạy, trò chơi “Chạy tiếp sức”. Áp dụng môi trường tự nhiên và các yếu tố của môi trường tự nhiên trong tập luyện

- **Năng lực hoạt động TDTT**: Học sinh lựa chọn được và thường xuyên tập luyện nội dung bài học phù hợp để nâng cao sức khoẻ. Học sinh tham gia tốt trò chơi.

**2.2 Năng lực chung.**

- **Năng lực tự chủ và tự học:** Học sinh có ý thức chủ động trong tập luyện , học tập, biết xem tranh ảnh trong sách giáo khoa phục vụ ND bài học, tự điều chỉnh tình cảm thái độ, hành vi của bản thân.

- **Năng lực giao tiếp và hợp tác**: Có ý thức lắng nghe, phản hồi tích cực trong quá trình học tập, xác định được mục đích nội dung, phương tiện, và thái độ giao tiếp, xác định được mục đích và phương thức hợp tác. Học sinh trình bày được sản phẩm học tập tương tác và hợp tác với bạn học.

- **Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo**:Học sinh thực hiện được các nhiệm vụ học tập, bài tập và trò chơi vận động theo yêu cầu của giáo viên.

**3. Về phẩm chất.**

- **Trung thực:** Học sinh tự giác tham gia đầy đủ các hoạt động học tập và hoàn thiện nhiệm vụ vận động, có ý thức đấu tranh với các hành vi thiếu trung thực trong học tập và trong cuộc sống.

- **Chăm chỉ:** Học sinh chủ động hoàn thành lượng vận động của bài tập, tích cực tham gia trò chơi vận động, luôn có ý thúc vươn lên đạt kết quả tốt trong học tập.

- **Nhân ái:** Học sinh có ý thức tôn trọng ý kiến của các thành viên trong nhóm khi hợp tác, gúp đỡ lẫn nhau trong khi tập luyện. Yêu quý và tôn trọng sự khác biệt giữa mọi người,

- **Trách nhiệm:** Học sinh có trách nhiệm với bản thân. Có trách nhiệm với môi trường sống. có trách nhiệm hoàn thành nội dung tập luyện.

# II. Thiết bị dạy học và học liệu.

# *+ Chuấn bị của giáo viên:* Trang phục gọn gàng, Kế hoạch bài dạy, Còi, dây đánh đích, đồng hồ bấm giây, tranh ảnh*.*

# *+ Chuẩn bị của học sinh:* Trang phục (giày TT), sách giáo khoa phù hợp với tiết học.

**III. Tiến trình dạy và học.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1. Hoạt động 1: Mở đầu (10** phút) | | | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:** Tiếp nhận ban đầu về nội dung học tập; Hoàn thành LVĐ khởi động  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Học sinh tiếp nhận được về nội dung học tập;  - SP2: Học sinh chuyển được trạng thái cơ thể hoạt động bình thường sang trạng thái vào hoạt động cao hơn. | | | | | | | | |
| **Nội dung** | | **LVĐ** | | **Tổ chức thực hiện** | | | | |
| **Hoạt động của Gv** | **Hoạt động của HS** | | | |
| \* Nhận lớp. - Kiểm tra sĩ số, dụng cụ, sân tập, hỏi thăm tình hình sức khỏe học sinh.  - Phổ biến nội dung và mục tiêu bài học  **\* Khởi động chung:**  - Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân.  - Xoay các khớp:  ( Cổ tay cổ chân, khớp khuỷu tay, khớp bả vai, khớp hông, khớp gối. )  - Ép dọc ép ngang.  **\* Khởi động CM:**  **-**  Chạy tại chỗ.  - Cúi gập đánh tay tại chỗ  - Vặn mình . | | 1Vòng  2l x 8n  2l x 8n  1- 2 lần  1- 2 lần  1- 2 lần | | ***Bước 1: GV giao nhiệm vụ:***  -GV nhận lớp, kiểm tra sức khỏe học sinh, phổ biến nội dung và mục tiêu bài học.    - Gv di chuyển, quan sát và chỉ dẫn đôn đốc học sinh.  - Gv vỗ tay nhanh dần điều  ***Bước 4: GV kết luận, nhận định:***  - GV GV sử dụng PP trực quan và PP lời nói  (SP1): Đánh giá qua quan sát | ***Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ:***  - Cán sự lớp tập hợp lớp theo đội hình 4 hàng ngang, báo cáo sĩ số.  - HS quan sát, lắng nghe nội dung và mục tiêu giờ học. - Đội hình nhận lớp.- Hs chạy nhẹ nhàng, quan sát địa hình, nghiêm túc. - Cả lớp thực hiện theo nhịp hô của cán sự.  - Đội hình khởi động.    - Cả lớp thực hiện đồng loạt theo hiệu lệnh (tiếng vỗ tay nhanh dần điều của Gv)  - Đội hình khởi động CM    ***Bước 3; Tổ chức báo cáo.***  - Cán sự lớp báo cáo kết quả hoàn thành lượng vận động khởi động. | | | |
| **2. Hoạt động 2: Hình thành kiến thức mới (8 phút)** | | | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Nhận biết môi trường tự nhiên và các yếu tố của môi trường tự nhiên  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Nhớ và ápdụng được môi trường tự nhiên và các yếu tố của môi trường tự nhiên | | | | | | | | |
| - Nghiên cứu sgk về môi trường tự nhiên và các yếu tố của môi trường tự nhiên. | |  | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV Chia lớp thành 04 nhóm, phát tranh kĩ thuật động tác cho các nhóm tự nghiên cứu và tập mô phỏng động tác.  - GV trình bày, phân tích môi trường tự nhiên và các yếu tố của môi trường tự nhiên  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  - GV nhận xét, đánh giá về mức độ tiếp thu kiến thức, kỹ năng của HS.  - (SP1) GV đánh giá bằng PP hỏi đáp, công cụ thang đo cho theo 2 mức:  Đạt: Trình bày được môi trường tự nhiên và các yếu tố của môi trường tự nhiên  Chưa đạt: Chưa trình bày được môi trường tự nhiên và các yếu tố của môi trường tự nhiên. | | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - Nhóm trưởng điều hành HS trong nhóm xem tranh, thảo luận và thực hiện mô phỏng Xuất phát vai hướng chạy và Lưng hướng chạy.  - Học sinh chủ động hợp tác trao đổi ý kiến.  - HS lắng nghe, quan sát GV làm mẫu và phân tích.  - Học sinh thực hiện mô phỏng theo hướng dẫn của giáo viên từ chậm đến nhanh, thực hiện đồng loạt 7 đến 10 lần.  ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - GV mời đại diện một số nhóm mô tả cách thức thực hiện và thực hiện mô phỏng kĩ thuật động tác, sau đó mời các nhóm còn lại nhận xét. | |
| **3. Hoạt động 3: Luyện tập (12 phút)** | | | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biết các động tác; Xuất phát vai hướng chạy và Lưng hướng chạy.  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Học sinh thực đúng kĩ thuật động tác Xuất phát vai hướng chạy và Lưng hướng chạy. | | | | | | | | |
| \* Thực hiện tập luyện;  - Lưng hướng chạy.    - Xuất phát vai hướng chạy | 3L x 15m  3L x 15m | | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV hướng dẫn và tổ chức học sinh tập luyện lần lượt các bài tập theo hình thức nhóm đồng loạt; lưu ý những sai sót thường gặp và cách sửa sai.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí:  - Đạt: Thực hiện được kĩ thuật động tác  - Chưa đạt: Thực hiện chưa đúng kĩ thuật động tác | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - Tập luyện nước chảy:  + Hs thành 3 - 4 hàng dọc lần lượt 3 – 4 hs lên thực hiện theo hiệu của cán sự  - Đội hình tập luyện.    ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - GV chọn một HS thực hiện đúng, một học sinh thực hiện chưa đúng. GV gợi ý để HS nhận xét và GV đưa ra kết luận. | | |
| **4. Hoạt động 4: Vận dụng (10phút)** | | | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biết vận dụng chơi trò chơi.  - Biết vận dụng xuất phát vai hướng chạy và Lưng hướng chạy vào tập luyện ngoài giờ.  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Số hiệp thực hiện nhanh nhất của 2 đội.  - SP2: Thực hiện đúng xuất phát vai hướng chạy và lưng hướng chạy và Vận dụng vào hoạt động tập luyện thể dục thể thao và trò chơi ở trên lớp cũng như ngoài giờ học. | | | | | | | | |
| - Thực hiện trò chơi “***chạy tiếp sức*** ”.  - Suy nghĩ và trả lời câu hỏi sau:  ? Em hãy lên thực hiện xuất phát vai hướng chạy và lưng hướng chạy. | 3 hiệp  1L x 10m | | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV chia lớp thành 02 đội bằng nhau. Giáo viên phổ biến nội dung trò chơi, cách chơi luật chơi và tổ chức trò chơi.  - Gv gọi 1 -2 em lên thực hiện.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  - GV đánh giá thông qua kết quả của mỗi đội, đội nào có số hiệp thực hiện nhanh nhất thì xếp trên, tuyên dương và nghe phản hồi từ HS.  - GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí:  - Đạt: Thực hiện được kĩ thuật động tác  - Chưa đạt: Thực hiện chưa đúng kĩ thuật động tác | | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS quan sát, lắng nghe và thực hiện trò chơi  - Học sinh chơi trò chơi nhiệt tình đoàn kết.  - Đội hình trò chơi.  Description: Description: Description: IMG_20210809_220116 (1)  - Học sinh lên thực hiện kĩ thuật động tác  ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - HS báo các kết quả thực hiện trò chơi  - Hs nhận xét khả năng thực hiện động tác của bạn. |
| **5. Hoạt động: Kết thúc (5phút)** | | | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biêt cách đưa cơ thể về trạng thái ban đầu.  - Học sinh biêt cách định hướng tự học và luyện tập ở nhà  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Cơ thể được hồi phục sau luyện tập.  - SP2: Phẩm chất, năng lực hình thành ở HS. | | | | | | | | |
| **\* Hồi tĩnh:**  - Thả lỏng cơ toàn thân  (nên sử dụng âm nhạc làm nền khi học sinh thả lỏng)  **\* Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà:**  - Ưu điểm; Hạn chế cần khắc phục  - Hướng dẫn tập luyện ở nhà  **\* Xuống lớp:** | 3 phút  2 phút | | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - Hướng dẫn HS thực hiện thả lỏng; nhận xét giờ học  - Hướng dẫn HS sử dụng SGK để tự tập luyện (buổi học sau mời 1 - 2 HS thực hiện kĩ thuật động tác). | | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh  - HS chú ý lắng nghe.  - HS tiếp nhận bài tập của GV: Tự tập luyện ngoài giờ, các tình huống vận dụng. |

* Rút kinh nghiệm:

|  |  |
| --- | --- |
| ……………………………………….. | Kí duyệt, |
| ……………………………………….. |  |

Ngày soạn: 6/9/2023

Ngày dạy:

**TÊN CHỦ ĐỀ: CHẠY NGẮN**

**Tiết 3 Bài 1: Các động tác bổ trợ kĩ thuật chạy cự li ngắn**; **Phối hợp trong giai đoạn xuất phát cao và chạy lao sau xuất phát.**

- Ôn tập một số bài tập bổ trợ; Xuất phát vai hướng chạy và Lưng hướng chạy.

- Học phối hợp trong giai đoạn xuất phát cao và chạy lao sau xuất phát.

- Trò chơi “Chuyển bóng tiếp sức.”.

**I. Mục tiêu bài học**

# 1. Về kiến thức:

- Học sinh biết và thực hiện được một số bài tập bổ trợ; Xuất phát vai hướng chạy và Lưng hướng chạy. Biêt phối hợp trong giai đoạn xuất phát cao và chạy lao sau xuất phát và trò chơi “Chuyển bóng tiếp sức.”.

**2. Về năng lực:**

# 2.1 Năng lực đặc thù.

- **Năng lực vận động cơ bản:** Học sinh nhận biết và thực hiện được một số bài tập bổ trợ. Học sinh thực hiện đúng cách phối hợp trong giai đoạn xuất phát cao và chạy lao sau xuất phát.trò chơi “Chuyển bóng tiếp sức.”.

- **Năng lực hoạt động TDTT**: Học sinh lựa chọn được và thường xuyên tập luyện nội dung bài học phù hợp để nâng cao sức khoẻ. Học sinh tham gia tốt trò chơi.

**2.2 Năng lực chung.**

- **Năng lực tự chủ và tự học:** Học sinh có ý thức chủ động trong tập luyện , học tập, biết xem tranh ảnh trong sách giáo khoa phục vụ ND bài học, tự điều chỉnh tình cảm thái độ, hành vi của bản thân.

- **Năng lực giao tiếp và hợp tác**: Có ý thức lắng nghe, phản hồi tích cực trong quá trình học tập, xác định được mục đích nội dung, phương tiện, và thái độ giao tiếp, xác định được mục đích và phương thức hợp tác. Học sinh trình bày được sản phẩm học tập tương tác và hợp tác với bạn học.

- **Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo**:Học sinh thực hiện được các nhiệm vụ học tập, bài tập và trò chơi vận động theo yêu cầu của giáo viên.

**3. Về phẩm chất.**

- **Trung thực:** Học sinh tự giác tham gia đầy đủ các hoạt động học tập và hoàn thiện nhiệm vụ vận động, có ý thức đấu tranh với các hành vi thiếu trung thực trong học tập và trong cuộc sống.

- **Chăm chỉ:** Học sinh chủ động hoàn thành lượng vận động của bài tập, tích cực tham gia trò chơi vận động, luôn có ý thúc vươn lên đạt kết quả tốt trong học tập.

- **Nhân ái:** Học sinh có ý thức tôn trọng ý kiến của các thành viên trong nhóm khi hợp tác, gúp đỡ lẫn nhau trong khi tập luyện. Yêu quý và tôn trọng sự khác biệt giữa mọi người,

- **Trách nhiệm:** Học sinh có trách nhiệm với bản thân. Có trách nhiệm với môi trường sống. có trách nhiệm hoàn thành nội dung tập luyện.

# II. Thiết bị dạy học và học liệu.

# *+ Chuấn bị của giáo viên:* Trang phục gọn gàng, Kế hoạch bài dạy, Còi, dây đánh đích, đồng hồ bấm giây, tranh ảnh*.*

# *+ Chuẩn bị của học sinh:* Trang phục (giày TT), sách giáo khoa phù hợp với tiết học.

**III. Tiến trình dạy và học.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1. Hoạt động 1: Mở đầu (10** phút) | | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:** Tiếp nhận ban đầu về nội dung học tập; Hoàn thành LVĐ khởi động  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Học sinh tiếp nhận được về nội dung học tập;  - SP2: Học sinh chuyển được trạng thái cơ thể hoạt động bình thường sang trạng thái vào hoạt động cao hơn. | | | | | | | |
| **Nội dung** | | **LVĐ** | | **Tổ chức thực hiện** | | | |
| **Hoạt động của Gv** | **Hoạt động của HS** | | |
| \* Nhận lớp. - Kiểm tra sĩ số, dụng cụ, sân tập, hỏi thăm tình hình sức khỏe học sinh.  - Phổ biến nội dung và mục tiêu bài học  **\* Khởi động chung:**  - Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân.  - Xoay các khớp:  ( Cổ tay cổ chân, khớp khuỷu tay, khớp bả vai, khớp hông, khớp gối. )  - Ép dọc ép ngang.  **\* Khởi động CM:**  **-**  Chạy tại chỗ.  - Cúi gập đánh tay tại chỗ  - Vặn mình .  - Suy nghĩ và trả lời câu hỏi sau:  ? Em hãy lên thực hiện xuất phát vai hướng chạy và lưng hướng chạy. | | 1Vòng  2l x 8n  2l x 8n  1- 2 lần  1- 2 lần  1- 2 lần  1 lần | | ***Bước 1: GV giao nhiệm vụ:***  -GV nhận lớp, kiểm tra sức khỏe học sinh, phổ biến nội dung và mục tiêu bài học.    - Gv di chuyển, quan sát và chỉ dẫn đôn đốc học sinh.  - Gv vỗ tay nhanh dần điều  - Gv gọi 1 -2 em lên thực hiện.  ***Bước 4: GV kết luận, nhận định:***  - GV GV sử dụng PP trực quan và PP lời nói  (SP1): Đánh giá qua quan sát | ***Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ:***  - Cán sự lớp tập hợp lớp theo đội hình 4 hàng ngang, báo cáo sĩ số.  - HS quan sát, lắng nghe nội dung và mục tiêu giờ học. - Đội hình nhận lớp.- Hs chạy nhẹ nhàng, quan sát địa hình, nghiêm túc. - Cả lớp thực hiện theo nhịp hô của cán sự.  - Đội hình khởi động.    - Cả lớp thực hiện đồng loạt theo hiệu lệnh (tiếng vỗ tay nhanh dần điều của Gv)  - Đội hình khởi động CM    - Học sinh lên thực hiện kĩ thuật động tác  ***Bước 3; Tổ chức báo cáo.***  - Cán sự lớp báo cáo kết quả hoàn thành lượng vận động khởi động.  - Hs nhận xét khả năng thực hiện động tác của bạn. | | |
| **2. Hoạt động 2: Hình thành kiến thức mới (8 phút)** | | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Bước đầu học sinh nhận biết được cách phối hợp trong giai đoạn xuất phát cao và chạy lao sau xuất phát  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Động tác mô phỏng được kĩ thuật động tác phối hợp trong giai đoạn xuất phát cao và chạy lao sau xuất phát. | | | | | | | |
| - Nghiên cứu SGK và mô tả cách thức thực hiện kỹ thuật.  - Quan sát động tác mẫu , nghe GV phân tích và thực hiện kỹ thuật động tác.  - Phối hợp trong giai đoạn xuất phát cao và chạy lao sau xuất phát.  Description: L7XP2 | | 4 phút  3Phút  2 -3 lần | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV Chia lớp thành 04 nhóm, phát tranh kĩ thuật động tác cho các nhóm tự nghiên cứu và tập mô phỏng động tác  - GV làm mẫu, phân tích kỹ thuật và hướng dẫn cả lớp thực hiện mô phỏng; kết hợp với quan sát và sửa sai.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  - GV nhận xét, đánh giá về mức độ tiếp thu kiến thức, kỹ năng của HS.  - (SP1) GV đánh giá bằng PP hỏi đáp, công cụ thang đo cho theo 2 mức:  + Đạt: Mô tả được kỹ thuật động tác  + Chưa đạt: Mô tả chưa được kỹ thuật động tác | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - Nhóm trưởng điều hành HS trong nhóm xem tranh, thảo luận và thực hiện kĩ thuật đọng tác.  - Học sinh chủ động hợp tác trao đổi ý kiến.  - HS lắng nghe, quan sát GV làm mẫu và phân tích.  - Học sinh thực hiện mô phỏng theo hướng dẫn của giáo viên từ chậm đến nhanh,  ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - GV mời đại diện một số nhóm mô tả cách thức thực hiện và thực hiện mô phỏng kĩ thuật động tác, sau đó mời các nhóm còn lại nhận xét. | |
| **3. Hoạt động 3: Luyện tập (12 phút)** | | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biết các động tác; Xuất phát vai hướng chạy và Lưng hướng chạy.  - Biết phối hợp được trong giai đoạn xuất phát cao và chạy lao sau xuất phát.  **\* Sản phẩm:**  - Sp1: Học sinh thực hiện đúng các động tác bổ trợ kĩ thật; Xuất phát vai hướng chạy và Lưng hướng chạy.  - Sp2: Học sinh phối hợp được trong giai đoạn xuất phát cao và chạy lao sau xuất phát. | | | | | | | |
| \* Thực hiện tập luyện;  - Lưng hướng chạy.    - Xuất phát vai hướng chạy    - Phối hợp trong giai đoạn xuất phát cao và chạy lao sau xuất phát.  Description: L7XP2 | 3L x 15m  3L x 15m  1- 3 lần | | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV hướng dẫn và tổ chức học sinh tập luyện lần lượt các bài tập theo hình thức nhóm đồng loạt; lưu ý những sai sót thường gặp và cách sửa sai.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí:  - Đạt: Thực hiện được kĩ thuật động tác  - Chưa đạt: Thực hiện chưa đúng kĩ thuật động tác | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - Tập luyện nước chảy:  + Hs thành 3 - 4 hàng dọc lần lượt 3 – 4 hs lên thực hiện theo hiệu của cán sự  - Đội hình tập luyện.    - Đội hình tập luyện:  L6DHCHAY  ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - GV chọn một HS thực hiện đúng, một học sinh thực hiện chưa đúng.  - HS quan sát, nhận xét và GV đưa ra kết luận. | |
| **4. Hoạt động 4: Vận dụng (10phút)** | | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biết vận dụng chơi trò chơi.  - Biết phối hợp trong giai đoạn xuất phát cao và chạy lao sau xuất phát vào tập luyện ngoài giờ.  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Số được hiệp thực hiện nhanh nhất của 2 đội.  - SP2: Thực hiện phối hợp trong giai đoạn xuất phát cao và chạy lao sau xuất phát và Vận dụng vào hoạt động tập luyện thể dục thể thao và trò chơi ở trên lớp cũng như ngoài giờ học. | | | | | | | |
| - Thực hiện trò chơi “Chuyển bóng tiếp sức”.  - Suy nghĩ và trả lời câu hỏi sau:  ? Em hãy lên thực hiện Phối hợp trong giai đoạn xuất phát cao và chạy lao sau xuất phát | 3 hiệp  1L x 10m | | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV chia lớp thành 02 đội bằng nhau. Giáo viên phổ biến nội dung trò chơi, cách chơi luật chơi và tổ chức trò chơi.  - Gv gọi 1 -2 em lên thực hiện.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  - GV đánh giá thông qua kết quả của mỗi đội, đội nào có số hiệp thực hiện nhanh nhất thì xếp trên, tuyên dương và nghe phản hồi từ HS.  - GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí: | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS quan sát, lắng nghe và thực hiện trò chơi  - Học sinh chơi trò chơi nhiệt tình đoàn kết.  - Đội hình trò chơi.    - Học sinh lên thực hiện kĩ thuật động tác  ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - HS báo các nhận xét khả năng thực hiện động tác của bạn. |
| **5. Hoạt động: Kết thúc (5phút)** | | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biêt cách đưa cơ thể về trạng thái ban đầu.  - Học sinh biêt cách định hướng tự học và luyện tập ở nhà  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Cơ thể được hồi phục sau luyện tập.  - SP2: Phẩm chất, năng lực hình thành ở HS. | | | | | | | |
| **\* Hồi tĩnh:**  - Thả lỏng cơ toàn thân  (nên sử dụng âm nhạc làm nền khi học sinh thả lỏng)  **\* Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà:**  - Ưu điểm; Hạn chế cần khắc phục  - Hướng dẫn tập luyện ở nhà  **\* Xuống lớp:** | 3 phút  2 phút | | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - Hướng dẫn HS thực hiện thả lỏng; nhận xét giờ học  - Hướng dẫn HS sử dụng SGK để tự tập luyện (buổi học sau mời 1 - 2 HS thực hiện kĩ thuật động tác). | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh  - HS chú ý lắng nghe.  - HS tiếp nhận bài tập của GV: Tự tập luyện ngoài giờ, các tình huống vận dụng. |

* Rút kinh nghiệm:

|  |  |
| --- | --- |
| ……………………………………….. | Kí duyệt, |
| ……………………………………….. |  |

Ngày soạn: 6/9/2023

Ngày dạy:

**CHỦ ĐỀ: CHẠY NGẮN**

**Tiết 4 Bài 1: Các động tác bổ trợ kĩ thuật chạy cự li ngắn**; **Phối hợp trong giai đoạn xuất phát cao và chạy lao sau xuất phát.**

- Ôn tập một số bài tập bổ trợ; Xuất phát vai hướng chạy và Lưng hướng chạy.

- Luyện tập phối hợp trong giai đoạn xuất phát cao và chạy lao sau xuất phát.

- Trò chơi “Đuổi bắt theo hiệu lệnh”.

**I. Mục tiêu bài học**

# 1. Về kiến thức:

- Học sinh biết và thực hiện được một số bài tập bổ trợ; Xuất phát vai hướng chạy và Lưng hướng chạy. Biêt phối hợp trong giai đoạn xuất phát cao và chạy lao sau xuất phát và trò chơi “Đuổi bắt theo hiệu lệnh”.

**2. Về năng lực:**

# 2.1 Năng lực đặc thù.

- **Năng lực vận động cơ bản:** Học sinh nhận biết và thực hiện được một số bài tập bổ trợ. Học sinh thực hiện đúng cách phối hợp trong giai đoạn xuất phát cao và chạy lao sau xuất phát, trò chơi “Đuổi bắt theo hiệu lệnh”.

- **Năng lực hoạt động TDTT**: Học sinh lựa chọn được và thường xuyên tập luyện nội dung bài học phù hợp để nâng cao sức khoẻ. Học sinh tham gia tốt trò chơi.

**2.2 Năng lực chung.**

- **Năng lực tự chủ và tự học:** Học sinh có ý thức chủ động trong tập luyện , học tập, biết xem tranh ảnh trong sách giáo khoa phục vụ ND bài học, tự điều chỉnh tình cảm thái độ, hành vi của bản thân.

- **Năng lực giao tiếp và hợp tác**: Có ý thức lắng nghe, phản hồi tích cực trong quá trình học tập, xác định được mục đích nội dung, phương tiện, và thái độ giao tiếp, xác định được mục đích và phương thức hợp tác. Học sinh trình bày được sản phẩm học tập tương tác và hợp tác với bạn học.

- **Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo**:Học sinh thực hiện được các nhiệm vụ học tập, bài tập và trò chơi vận động theo yêu cầu của giáo viên.

**3. Về phẩm chất.**

- **Trung thực:** Học sinh tự giác tham gia đầy đủ các hoạt động học tập và hoàn thiện nhiệm vụ vận động, có ý thức đấu tranh với các hành vi thiếu trung thực trong học tập và trong cuộc sống.

- **Chăm chỉ:** Học sinh chủ động hoàn thành lượng vận động của bài tập, tích cực tham gia trò chơi vận động, luôn có ý thúc vươn lên đạt kết quả tốt trong học tập.

- **Nhân ái:** Học sinh có ý thức tôn trọng ý kiến của các thành viên trong nhóm khi hợp tác, gúp đỡ lẫn nhau trong khi tập luyện. Yêu quý và tôn trọng sự khác biệt giữa mọi người,

- **Trách nhiệm:** Học sinh có trách nhiệm với bản thân. Có trách nhiệm với môi trường sống. có trách nhiệm hoàn thành nội dung tập luyện.

# II. Thiết bị dạy học và học liệu.

# *+ Chuấn bị của giáo viên:* Trang phục gọn gàng, Kế hoạch bài dạy, Còi, dây đánh đích, đồng hồ bấm giây, tranh ảnh*.*

# *+ Chuẩn bị của học sinh:* Trang phục (giày TT), sách giáo khoa phù hợp với tiết học.

**III. Tiến trình dạy và học.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1. Hoạt động 1: Mở đầu (10** phút) | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:** Tiếp nhận ban đầu về nội dung học tập; Hoàn thành LVĐ khởi động  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Học sinh tiếp nhận được về nội dung học tập;  - SP2: Học sinh chuyển được trạng thái cơ thể hoạt động bình thường sang trạng thái vào hoạt động cao hơn. | | | | | | |
| **Nội dung** | | **LVĐ** | **Tổ chức thực hiện** | | | |
| **Hoạt động của Gv** | **Hoạt động của HS** | | |
| \* Nhận lớp. - Kiểm tra sĩ số, dụng cụ, sân tập, hỏi thăm tình hình sức khỏe học sinh.  - Phổ biến nội dung và mục tiêu bài học  **\* Khởi động chung:**  - Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân.  - Xoay các khớp:  ( Cổ tay cổ chân, khớp khuỷu tay, khớp bả vai, khớp hông, khớp gối. )  - Ép dọc ép ngang.  **\* Khởi động CM:**  **-**  Chạy tại chỗ.  - Cúi gập đánh tay tại chỗ  - Vặn mình .  - Suy nghĩ và trả lời câu hỏi sau:  ? Em hãy lên thực hiện xuất phát vai hướng chạy và lưng hướng chạy. | | 1Vòng  2l x 8n  2l x 8n  1- 2 lần  1- 2 lần  1- 2 lần  1 lần | ***Bước 1: GV giao nhiệm vụ:***  -GV nhận lớp, kiểm tra sức khỏe học sinh, phổ biến nội dung và mục tiêu bài học.    - Gv di chuyển, quan sát và chỉ dẫn đôn đốc học sinh.  - Gv vỗ tay nhanh dần điều  - Gv gọi 1 -2 em lên thực hiện.  ***Bước 4: GV kết luận, nhận định:***  - GV GV sử dụng PP trực quan và PP lời nói  (SP1): Đánh giá qua quan sát | ***Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ:***  - Cán sự lớp tập hợp lớp theo đội hình 4 hàng ngang, báo cáo sĩ số.  - HS quan sát, lắng nghe nội dung và mục tiêu giờ học. - Đội hình nhận lớp.- Hs chạy nhẹ nhàng, quan sát địa hình, nghiêm túc. - Cả lớp thực hiện theo nhịp hô của cán sự.  - Đội hình khởi động.    - Cả lớp thực hiện đồng loạt theo hiệu lệnh (tiếng vỗ tay nhanh dần điều của Gv)  - Đội hình khởi động CM    - Học sinh lên thực hiện kĩ thuật động tác  ***Bước 3; Tổ chức báo cáo.***  - Cán sự lớp báo cáo kết quả hoàn thành lượng vận động khởi động.  - Hs nhận xét khả năng thực hiện động tác của bạn. | | |
| **2. Hoạt động 2: Hình thành kiến thức mới (0 phút)** | | | | | | |
| **3. Hoạt động 3: Luyện tập (20 phút)** | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biết các động tác; Xuất phát vai hướng chạy và Lưng hướng chạy.  - Biết phối hợp được trong giai đoạn xuất phát cao và chạy lao sau xuất phát.  **\* Sản phẩm:**  - Sp1: Học sinh thực hiện đúng các động tác bổ trợ kĩ thật; Xuất phát vai hướng chạy và Lưng hướng chạy.  - Sp2: Học sinh phối hợp được trong giai đoạn xuất phát cao và chạy lao sau xuất phát. | | | | | | |
| \* Thực hiện tập luyện;  - Lưng hướng chạy.    - Xuất phát vai hướng chạy    - Phối hợp trong giai đoạn xuất phát cao và chạy lao sau xuất phát.  Description: Description: L7XP2 | 3L x 15m  3L x 15m  1- 3 lần | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV hướng dẫn và tổ chức học sinh tập luyện lần lượt các bài tập theo hình thức nhóm đồng loạt; lưu ý những sai sót thường gặp và cách sửa sai.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí:  - Đạt: Thực hiện được kĩ thuật động tác  - Chưa đạt: Thực hiện chưa đúng kĩ thuật động tác | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - Tập luyện nước chảy:  + Hs thành 3 - 4 hàng dọc lần lượt 3 – 4 hs lên thực hiện theo hiệu của cán sự  - Đội hình tập luyện.    - Đội hình tập luyện:  Description: L6DHCHAY  ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - GV chọn một HS thực hiện đúng, một học sinh thực hiện chưa đúng.  - HS quan sát, nhận xét và GV đưa ra kết luận. | |
| **4. Hoạt động 4: Vận dụng (10phút)** | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biết vận dụng chơi trò chơi.  - Biết phối hợp trong giai đoạn xuất phát cao và chạy lao sau xuất phát vào tập luyện ngoài giờ.  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Số được hiệp thực hiện nhanh nhất của 2 đội.  - SP2: Thực hiện phối hợp trong giai đoạn xuất phát cao và chạy lao sau xuất phát và Vận dụng vào hoạt động tập luyện thể dục thể thao và trò chơi ở trên lớp cũng như ngoài giờ học. | | | | | | |
| - Thực hiện trò chơi “Đuổi bắt theo hiệu lệnh”.  - Suy nghĩ và trả lời câu hỏi sau:  ? Em hãy lên thực hiện Phối hợp trong giai đoạn xuất phát cao và chạy lao sau xuất phát | 3 hiệp  1L x 10m | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV chia lớp thành 02 đội bằng nhau. Giáo viên phổ biến nội dung trò chơi, cách chơi luật chơi và tổ chức trò chơi.  - Gv gọi 1 -2 em lên thực hiện.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  - GV đánh giá thông qua kết quả của mỗi đội, đội nào có số hiệp thực hiện nhanh nhất thì xếp trên, tuyên dương và nghe phản hồi từ HS.  - GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí:  - Đạt: Thực hiện được kĩ thuật động tác  - Chưa đạt: Thực hiện chưa đúng kĩ thuật động tác | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS quan sát, lắng nghe và thực hiện trò chơi  - Học sinh chơi trò chơi nhiệt tình đoàn kết.  - Đội hình trò chơi.    - Học sinh lên thực hiện kĩ thuật động tác  ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - HS báo các kết quả thực hiện trò chơi  - Hs nhận xét khả năng thực hiện động tác của bạn. |
| **5. Hoạt động: Kết thúc (5phút)** | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biêt cách đưa cơ thể về trạng thái ban đầu.  - Học sinh biêt cách định hướng tự học và luyện tập ở nhà  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Cơ thể được hồi phục sau luyện tập.  - SP2: Phẩm chất, năng lực hình thành ở HS. | | | | | | |
| **\* Hồi tĩnh:**  - Thả lỏng cơ toàn thân  (nên sử dụng âm nhạc làm nền khi học sinh thả lỏng)  **\* Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà:**  - Ưu điểm; Hạn chế cần khắc phục  - Hướng dẫn tập luyện ở nhà  **\* Xuống lớp:** | 3 phút  2 phút | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - Hướng dẫn HS thực hiện thả lỏng; nhận xét giờ học  - Hướng dẫn HS sử dụng SGK để tự tập luyện (buổi học sau mời 1 - 2 HS thực hiện kĩ thuật động tác). | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh  - HS chú ý lắng nghe.  - HS tiếp nhận bài tập của GV: Tự tập luyện ngoài giờ, các tình huống vận dụng. |

* Rút kinh nghiệm:

|  |  |
| --- | --- |
| ……………………………………….. | Kí duyệt, |
| ……………………………………….. |  |

Ngày soạn: 13/9/2023

Ngày dạy:

**CHỦ ĐỀ: CHẠY NGẮN**

**Tiết 5 Bài 2: Phối hợp trong giai đoạn chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng.**

- Ôn tập một số bài tập bổ trợ; Xuất phát vai hướng chạy và Lưng hướng chạy.

- Học phối hợp trong giai đoạn chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng.

- Trò chơi “Vượt sông”.

**I. Mục tiêu bài học**

# 1. Về kiến thức:

- Học sinh biết và thực hiện được một số bài tập bổ trợ; Xuất phát vai hướng chạy và Lưng hướng chạy. Biêt phối hợp trong giai đoạn chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng. và trò chơi “Vượt sông”.

**2. Về năng lực:**

# 2.1 Năng lực đặc thù.

- **Năng lực vận động cơ bản:** Học sinh nhận biết và thực hiện được một số bài tập bổ trợ. Học sinh thực hiện đúng cách phối hợp trong giai đoạn chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng và trò chơi “Vượt sông”.

- **Năng lực hoạt động TDTT**: Học sinh lựa chọn được và thường xuyên tập luyện nội dung bài học phù hợp để nâng cao sức khoẻ. Học sinh tham gia tốt trò chơi.

**2.2 Năng lực chung.**

- **Năng lực tự chủ và tự học:** Học sinh có ý thức chủ động trong tập luyện , học tập, biết xem tranh ảnh trong sách giáo khoa phục vụ ND bài học, tự điều chỉnh tình cảm thái độ, hành vi của bản thân.

- **Năng lực giao tiếp và hợp tác**: Có ý thức lắng nghe, phản hồi tích cực trong quá trình học tập, xác định được mục đích nội dung, phương tiện, và thái độ giao tiếp, xác định được mục đích và phương thức hợp tác. Học sinh trình bày được sản phẩm học tập tương tác và hợp tác với bạn học.

- **Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo**:Học sinh thực hiện được các nhiệm vụ học tập, bài tập và trò chơi vận động theo yêu cầu của giáo viên.

**3. Về phẩm chất.**

- **Trung thực:** Học sinh tự giác tham gia đầy đủ các hoạt động học tập và hoàn thiện nhiệm vụ vận động, có ý thức đấu tranh với các hành vi thiếu trung thực trong học tập và trong cuộc sống.

- **Chăm chỉ:** Học sinh chủ động hoàn thành lượng vận động của bài tập, tích cực tham gia trò chơi vận động, luôn có ý thúc vươn lên đạt kết quả tốt trong học tập.

- **Nhân ái:** Học sinh có ý thức tôn trọng ý kiến của các thành viên trong nhóm khi hợp tác, gúp đỡ lẫn nhau trong khi tập luyện. Yêu quý và tôn trọng sự khác biệt giữa mọi người,

- **Trách nhiệm:** Học sinh có trách nhiệm với bản thân. Có trách nhiệm với môi trường sống. có trách nhiệm hoàn thành nội dung tập luyện.

# II. Thiết bị dạy học và học liệu.

# *+ Chuấn bị của giáo viên:* Trang phục gọn gàng, Kế hoạch bài dạy, Còi, dây đánh đích, đồng hồ bấm giây, tranh ảnh*.*

# *+ Chuẩn bị của học sinh:* Trang phục (giày TT), sách giáo khoa phù hợp với tiết học.

**III. Tiến trình dạy và học.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1. Hoạt động 1: Mở đầu (10** phút) | | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:** Tiếp nhận ban đầu về nội dung học tập; Hoàn thành LVĐ khởi động  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Học sinh tiếp nhận được về nội dung học tập;  - SP2: Học sinh chuyển được trạng thái cơ thể hoạt động bình thường sang trạng thái vào hoạt động cao hơn. | | | | | | | |
| **Nội dung** | | **LVĐ** | | **Tổ chức thực hiện** | | | |
| **Hoạt động của Gv** | **Hoạt động của HS** | | |
| \* Nhận lớp. - Kiểm tra sĩ số, dụng cụ, sân tập, hỏi thăm tình hình sức khỏe học sinh.  - Phổ biến nội dung và mục tiêu bài học  **\* Khởi động chung:**  - Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân.  - Xoay các khớp:  ( Cổ tay cổ chân, khớp khuỷu tay, khớp bả vai, khớp hông, khớp gối. )  - Ép dọc ép ngang.  **\* Khởi động CM:**  **-**  Chạy tại chỗ.  - Cúi gập đánh tay tại chỗ  - Vặn mình .  - Suy nghĩ và trả lời câu hỏi sau:  ? Em hãy lên thực hiện xuất phát vai hướng chạy và lưng hướng chạy. | | 1Vòng  2l x 8n  2l x 8n  1- 2 lần  1- 2 lần  1- 2 lần  1 lần | | ***Bước 1: GV giao nhiệm vụ:***  -GV nhận lớp, kiểm tra sức khỏe học sinh, phổ biến nội dung và mục tiêu bài học.    - Gv di chuyển, quan sát và chỉ dẫn đôn đốc học sinh.  - Gv vỗ tay nhanh dần điều  - Gv gọi 1 -2 em lên thực hiện.  ***Bước 4: GV kết luận, nhận định:***  - GV GV sử dụng PP trực quan và PP lời nói  (SP1): Đánh giá qua quan sát | ***Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ:***  - Cán sự lớp tập hợp lớp theo đội hình 4 hàng ngang, báo cáo sĩ số.  - HS quan sát, lắng nghe nội dung và mục tiêu giờ học. - Đội hình nhận lớp.- Hs chạy nhẹ nhàng, quan sát địa hình, nghiêm túc. - Cả lớp thực hiện theo nhịp hô của cán sự.  - Đội hình khởi động.    - Cả lớp thực hiện đồng loạt theo hiệu lệnh (tiếng vỗ tay nhanh dần điều của Gv)  - Đội hình khởi động CM    - Học sinh lên thực hiện kĩ thuật động tác  ***Bước 3; Tổ chức báo cáo.***  - Cán sự lớp báo cáo kết quả hoàn thành lượng vận động khởi động.  - Hs nhận xét khả năng thực hiện động tác của bạn. | | |
| **2. Hoạt động 2: Hình thành kiến thức mới (8 phút)** | | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Bước đầu học sinh nhận biết được cách phối hợp trong giai đoạn chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Động tác mô phỏng được kĩ thuật động tác phối hợp trong giai đoạn chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng | | | | | | | |
| - Nghiên cứu SGK và mô tả cách thức thực hiện kỹ thuật.  - Quan sát động tác mẫu , nghe GV phân tích và thực hiện kỹ thuật động tác.  Phối hợp trong giai đoạn chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng.    Description: L7CHAY3 | | 4 phút  3Phút  2 -3 lần | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV Chia lớp thành 04 nhóm, phát tranh kĩ thuật động tác cho các nhóm tự nghiên cứu và tập mô phỏng động tác  - GV làm mẫu, phân tích kỹ thuật và hướng dẫn cả lớp thực hiện mô phỏng; kết hợp với quan sát và sửa sai.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  - GV nhận xét, đánh giá về mức độ tiếp thu kiến thức, kỹ năng của HS.  - (SP1) GV đánh giá bằng PP hỏi đáp, công cụ thang đo cho theo 2 mức:  + Đạt: Mô tả được kỹ thuật động tác  + Chưa đạt: Mô tả chưa được kỹ thuật động tác | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - Nhóm trưởng điều hành HS trong nhóm xem tranh, thảo luận và thực hiện kĩ thuật đọng tác.  - Học sinh chủ động hợp tác trao đổi ý kiến.  - HS lắng nghe, quan sát GV làm mẫu và phân tích.  - Học sinh thực hiện mô phỏng theo hướng dẫn của giáo viên từ chậm đến nhanh,  ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - GV mời đại diện một số nhóm mô tả cách thức thực hiện và thực hiện mô phỏng kĩ thuật động tác, sau đó mời các nhóm còn lại nhận xét. | |
| **3. Hoạt động 3: Luyện tập (12 phút)** | | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biết các động tác; Xuất phát vai hướng chạy và Lưng hướng chạy.  - Biết phối hợp trong giai đoạn chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng.  **\* Sản phẩm:**  - Sp: Học sinh thực hiện đúng các động tác bổ trợ kĩ thật; Xuất phát vai hướng chạy và Lưng hướng chạy.  - Sp2: Học sinh phối hợp được trong giai đoạn chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng | | | | | | | |
| \* Thực hiện tập luyện;  - Lưng hướng chạy.    - Xuất phát vai hướng chạy    Phối hợp trong giai đoạn chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng.    Description: L7CHAY3 | 3L x 15m  3L x 15m  1- 3 lần | | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV hướng dẫn và tổ chức học sinh tập luyện lần lượt các bài tập theo hình thức nhóm đồng loạt; lưu ý những sai sót thường gặp và cách sửa sai.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí:  - Đạt: Thực hiện được kĩ thuật động tác  - Chưa đạt: Thực hiện chưa đúng kĩ thuật động tác | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - Tập luyện nước chảy:  + Hs thành 3 - 4 hàng dọc lần lượt 3 – 4 hs lên thực hiện theo hiệu của cán sự  - Đội hình tập luyện.    - Đội hình tập luyện:  Description: Description: L6DHCHAY  ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - GV chọn một HS thực hiện đúng, một học sinh thực hiện chưa đúng.  - HS quan sát, nhận xét và GV đưa ra kết luận. | |
| **4. Hoạt động 4: Vận dụng (10phút)** | | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biết vận dụng chơi trò chơi.  - Biết phối hợp trong giai đoạn chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng vào tập luyện ngoài giờ.  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Số được hiệp thực hiện nhanh nhất của 2 đội.  - SP2: Thực hiện phối hợp trong giai đoạn chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng và Vận dụng vào hoạt động tập luyện thể dục thể thao và trò chơi ở trên lớp cũng như ngoài giờ học. | | | | | | | |
| - Thực hiện trò chơi “vượt sông”.  - Suy nghĩ và trả lời câu hỏi sau:  ? Em hãy lên thực hiện phối hợp trong giai đoạn chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng | 3 hiệp  1L x 10m | | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV chia lớp thành 02 đội bằng nhau. Giáo viên phổ biến nội dung trò chơi, cách chơi luật chơi và tổ chức trò chơi.  - Gv gọi 1 -2 em lên thực hiện.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  - GV đánh giá thông qua kết quả của mỗi đội, đội nào có số hiệp thực hiện nhanh nhất thì xếp trên, tuyên dương và nghe phản hồi từ HS.  - GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí:  - Đạt: Thực hiện được kĩ thuật động tác  - Chưa đạt: Thực hiện chưa đúng kĩ thuật động tác | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS quan sát, lắng nghe và thực hiện trò chơi  - Học sinh chơi trò chơi nhiệt tình đoàn kết.  - Đội hình trò chơi.    - Học sinh lên thực hiện kĩ thuật động tác  ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - HS báo các kết quả thực hiện trò chơi  - Hs nhận xét khả năng thực hiện động tác của bạn. |
| **5. Hoạt động: Kết thúc (5phút)** | | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biêt cách đưa cơ thể về trạng thái ban đầu.  - Học sinh biêt cách định hướng tự học và luyện tập ở nhà  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Cơ thể được hồi phục sau luyện tập.  - SP2: Phẩm chất, năng lực hình thành ở HS. | | | | | | | |
| **\* Hồi tĩnh:**  - Thả lỏng cơ toàn thân  (nên sử dụng âm nhạc làm nền khi học sinh thả lỏng)  **\* Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà:**  - Ưu điểm; Hạn chế cần khắc phục  - Hướng dẫn tập luyện ở nhà  **\* Xuống lớp:** | 3 phút  2 phút | | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - Hướng dẫn HS thực hiện thả lỏng; nhận xét giờ học  - Hướng dẫn HS sử dụng SGK để tự tập luyện (buổi học sau mời 1 - 2 HS thực hiện kĩ thuật động tác). | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh  - HS chú ý lắng nghe.  - HS tiếp nhận bài tập của GV: Tự tập luyện ngoài giờ, các tình huống vận dụng. |

* Rút kinh nghiệm:

|  |  |
| --- | --- |
| ……………………………………….. | Kí duyệt, |
| ……………………………………….. |  |

Ngày soạn: 13/9/2023

Ngày dạy:

**CHỦ ĐỀ: CHẠY NGẮN**

**Tiết 6 Bài 2: Phối hợp trong giai đoạn chạy lao sau xuất phát**

**và chạy giữa quãng.**

- Ôn tập một số bài tập bổ trợ; Xuất phát vai hướng chạy và Lưng hướng chạy.

- Luyện tập phối hợp trong giai đoạn chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng.

- Một số điều luật trong thi đấu điền kinh.

- Trò chơi “Chạy nâng cao đùi theo vạch”.

**I. Mục tiêu bài học**

# 1. Về kiến thức:

- Học sinh biết và thực hiện được một số bài tập bổ trợ; Xuất phát vai hướng chạy và Lưng hướng chạy. Biêt phối hợp trong giai đoạn chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng. Biết một số điều luật trong thi đấu điền kinh.

và trò chơi “Chạy nâng cao đùi theo vạch”.

**2. Về năng lực:**

# 2.1 Năng lực đặc thù.

- **Năng lực vận động cơ bản:** Học sinh nhận biết và thực hiện được một số bài tập bổ trợ. Học sinh thực hiện đúng cách phối hợp trong giai đoạn chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng, áp dụng được một số điều luật trong thi đấu điền kinh. và trò chơi “Chạy nâng cao đùi theo vạch”.

- **Năng lực hoạt động TDTT**: Học sinh lựa chọn được và thường xuyên tập luyện nội dung bài học phù hợp để nâng cao sức khoẻ. Học sinh tham gia tốt trò chơi.

**2.2 Năng lực chung.**

- **Năng lực tự chủ và tự học:** Học sinh có ý thức chủ động trong tập luyện , học tập, biết xem tranh ảnh trong sách giáo khoa phục vụ ND bài học, tự điều chỉnh tình cảm thái độ, hành vi của bản thân.

- **Năng lực giao tiếp và hợp tác**: Có ý thức lắng nghe, phản hồi tích cực trong quá trình học tập, xác định được mục đích nội dung, phương tiện, và thái độ giao tiếp, xác định được mục đích và phương thức hợp tác. Học sinh trình bày được sản phẩm học tập tương tác và hợp tác với bạn học.

- **Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo**:Học sinh thực hiện được các nhiệm vụ học tập, bài tập và trò chơi vận động theo yêu cầu của giáo viên.

**3. Về phẩm chất.**

- **Trung thực:** Học sinh tự giác tham gia đầy đủ các hoạt động học tập và hoàn thiện nhiệm vụ vận động, có ý thức đấu tranh với các hành vi thiếu trung thực trong học tập và trong cuộc sống.

- **Chăm chỉ:** Học sinh chủ động hoàn thành lượng vận động của bài tập, tích cực tham gia trò chơi vận động, luôn có ý thúc vươn lên đạt kết quả tốt trong học tập.

- **Nhân ái:** Học sinh có ý thức tôn trọng ý kiến của các thành viên trong nhóm khi hợp tác, gúp đỡ lẫn nhau trong khi tập luyện. Yêu quý và tôn trọng sự khác biệt giữa mọi người,

- **Trách nhiệm:** Học sinh có trách nhiệm với bản thân. Có trách nhiệm với môi trường sống. có trách nhiệm hoàn thành nội dung tập luyện.

# II. Thiết bị dạy học và học liệu.

# *+ Chuấn bị của giáo viên:* Trang phục gọn gàng, Kế hoạch bài dạy, Còi, dây đánh đích, đồng hồ bấm giây, tranh ảnh*.*

# *+ Chuẩn bị của học sinh:* Trang phục (giày TT), sách giáo khoa phù hợp với tiết học.

**III. Tiến trình dạy và học.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1. Hoạt động 1: Mở đầu (10** phút) | | | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:** Tiếp nhận ban đầu về nội dung học tập; Hoàn thành LVĐ khởi động  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Học sinh tiếp nhận được về nội dung học tập;  - SP2: Học sinh chuyển được trạng thái cơ thể hoạt động bình thường sang trạng thái vào hoạt động cao hơn. | | | | | | | | |
| **Nội dung** | | | **LVĐ** | | **Tổ chức thực hiện** | | | |
| **Hoạt động của Gv** | **Hoạt động của HS** | | |
| \* Nhận lớp. - Kiểm tra sĩ số, dụng cụ, sân tập, hỏi thăm tình hình sức khỏe học sinh.  - Phổ biến nội dung và mục tiêu bài học  **\* Khởi động chung:**  - Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân.  - Xoay các khớp:  ( Cổ tay cổ chân, khớp khuỷu tay, khớp bả vai, khớp hông, khớp gối. )  - Ép dọc ép ngang.  **\* Khởi động CM:**  **-**  Chạy tại chỗ.  - Cúi gập đánh tay tại chỗ  - Vặn mình .  - Suy nghĩ và trả lời câu hỏi sau:  ? Em hãy lên thực hiện cách phối hợp trong giai đoạn chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng. | | | 1Vòng  2l x 8n  2l x 8n  1- 2 lần  1- 2 lần  1- 2 lần  1 lần | | ***Bước 1: GV giao nhiệm vụ:***  -GV nhận lớp, kiểm tra sức khỏe học sinh, phổ biến nội dung và mục tiêu bài học.    - Gv di chuyển, quan sát và chỉ dẫn đôn đốc học sinh.  - Gv vỗ tay nhanh dần điều  - Gv gọi 1 -2 em lên thực hiện.  ***Bước 4: GV kết luận, nhận định:***  - GV GV sử dụng PP trực quan và PP lời nói  (SP1): Đánh giá qua quan sát | ***Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ:***  - Cán sự lớp tập hợp lớp theo đội hình 4 hàng ngang, báo cáo sĩ số.  - HS quan sát, lắng nghe nội dung và mục tiêu giờ học. - Đội hình nhận lớp.- Hs chạy nhẹ nhàng, quan sát địa hình, nghiêm túc. - Cả lớp thực hiện theo nhịp hô của cán sự.  - Đội hình khởi động.    - Cả lớp thực hiện đồng loạt theo hiệu lệnh (tiếng vỗ tay nhanh dần điều của Gv)  - Đội hình khởi động CM    - Học sinh lên thực hiện kĩ thuật động tác  ***Bước 3; Tổ chức báo cáo.***  - Cán sự lớp báo cáo kết quả hoàn thành lượng vận động khởi động.  - Hs nhận xét khả năng thực hiện động tác của bạn. | | |
| **2. Hoạt động 2: Hình thành kiến thức mới (8 phút)** | | | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:** Bước đầu học sinh nhận biết một số điều luật trong thi đấu điền kinh.  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Ghi nhớ và trình bày được một số điều luật trong thi đấu điền kinh. | | | | | | | | |
| - Nghiên cứu SGK và trình bày một số điều luật trong thi đấu điền kinh. |  | | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV Chia lớp thành 04 nhóm, cho các nhóm tự nghiên cứu .  - GV, phân tích và hướng dẫn cả lớp quan sát và ghi nhớ.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  - GV nhận xét, đánh giá về mức độ tiếp thu kiến thức, kỹ năng của HS.  - (SP1) GV đánh giá bằng PP hỏi đáp, công cụ tiêu chí cho theo 2 mức:  + Đạt: Trình bày được một số điều luật trong thi đấu điền kinh.  + Chưa đạt: chưa trình bày được một số điều luật trong thi đấu điền kinh. | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - Nhóm trưởng điều hành HS trong nhóm xem sgk, thảo luận và trinh bày một số điều luật trong thi đấu điền kinh.  - Học sinh chủ động hợp tác trao đổi ý kiến.  - HS lắng nghe, quan sát GV phân tích.  - Học sinh trình bày một số điều luật trong thi đấu điền kinh.  ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - GV mời đại diện một số nhóm lên trình bày sau đó mời các nhóm còn lại nhận xét. | |
| **3. Hoạt động 3: Luyện tập (12 phút)** | | | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biết các động tác; Xuất phát vai hướng chạy và Lưng hướng chạy.  - Biết phối hợp trong giai đoạn chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng.  **\* Sản phẩm:**  - Sp: Học sinh thực hiện đúng các động tác bổ trợ kĩ thật; Xuất phát vai hướng chạy và Lưng hướng chạy.  - Sp2: Học sinh phối hợp được trong giai đoạn chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng | | | | | | | | |
| \* Thực hiện tập luyện;  - Lưng hướng chạy.    - Xuất phát vai hướng chạy    Phối hợp trong giai đoạn chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng.    Description: Description: L7CHAY3 | | 3L x 15m  3L x 15m  1- 3 lần | | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV hướng dẫn và tổ chức học sinh tập luyện lần lượt các bài tập theo hình thức nhóm đồng loạt; lưu ý những sai sót thường gặp và cách sửa sai.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí:  - Đạt: Thực hiện được kĩ thuật động tác  - Chưa đạt: Thực hiện chưa đúng kĩ thuật động tác | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - Tập luyện nước chảy:  + Hs thành 3 - 4 hàng dọc lần lượt 3 – 4 hs lên thực hiện theo hiệu của cán sự  - Đội hình tập luyện.    - Đội hình tập luyện:  Description: Description: Description: L6DHCHAY  ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - GV chọn một HS thực hiện đúng, một học sinh thực hiện chưa đúng.  - HS quan sát, nhận xét và GV đưa ra kết luận. | |
| **4. Hoạt động 4: Vận dụng (10phút)** | | | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biết vận dụng chơi trò chơi.  - Biết phối hợp trong giai đoạn chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng vào tập luyện ngoài giờ.  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Số được hiệp thực hiện nhanh nhất của 2 đội.  - SP2: Thực hiện p phối hợp trong giai đoạn chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng và Vận dụng vào hoạt động tập luyện thể dục thể thao và trò chơi ở trên lớp cũng như ngoài giờ học. | | | | | | | | |
| - Thực hiện trò chơi “Chạy nâng cao đùi theo vạch”.  - Suy nghĩ và trả lời câu hỏi sau:  ? Em hãy lên thực hiện phối hợp trong giai đoạn chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng | | 3 hiệp  1L x 10m | | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV chia lớp thành 02 đội bằng nhau. Giáo viên phổ biến nội dung trò chơi, cách chơi luật chơi và tổ chức trò chơi.  - Gv gọi 1 -2 em lên thực hiện.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  - GV đánh giá thông qua kết quả của mỗi đội, đội nào có số hiệp thực hiện nhanh nhất thì xếp trên, tuyên dương và nghe phản hồi từ HS.  - GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí:  - Đạt: Thực hiện được kĩ thuật động tác  - Chưa đạt: Thực hiện chưa đúng kĩ thuật động tác | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS quan sát, lắng nghe và thực hiện trò chơi  - Học sinh chơi trò chơi nhiệt tình đoàn kết.  - Đội hình trò chơi.    - Học sinh lên thực hiện kĩ thuật động tác  ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - HS báo các kết quả thực hiện trò chơi  - Hs nhận xét khả năng thực hiện động tác của bạn. |
| **5. Hoạt động: Kết thúc (5phút)** | | | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biêt cách đưa cơ thể về trạng thái ban đầu.  - Học sinh biêt cách định hướng tự học và luyện tập ở nhà  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Cơ thể được hồi phục sau luyện tập.  - SP2: Phẩm chất, năng lực hình thành ở HS. | | | | | | | | |
| **\* Hồi tĩnh:**  - Thả lỏng cơ toàn thân  (nên sử dụng âm nhạc làm nền khi học sinh thả lỏng)  **\* Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà:**  - Ưu điểm; Hạn chế cần khắc phục  - Hướng dẫn tập luyện ở nhà  **\* Xuống lớp:** | | 3 phút  2 phút | | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - Hướng dẫn HS thực hiện thả lỏng; nhận xét giờ học  - Hướng dẫn HS sử dụng SGK để tự tập luyện (buổi học sau mời 1 - 2 HS thực hiện kĩ thuật động tác). | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh  - HS chú ý lắng nghe.  - HS tiếp nhận bài tập của GV: Tự tập luyện ngoài giờ, các tình huống vận dụng. |

* Rút kinh nghiệm:

|  |  |
| --- | --- |
| ……………………………………….. | Kí duyệt, |
| ……………………………………….. |  |

Ngày soạn: 20/9/2023

Ngày dạy:

**CHỦ ĐỀ: CHẠY NGẮN**

**Tiết 7 Bài 3: Phối hợp các giai đoạn chạy cự ly ngắn.**

- Ôn tập một số bài tập bổ trợ; Xuất phát vai hướng chạy và Lưng hướng chạy.

- Học phối hợp các giai đoạn chạy cự ly ngắn.

- Trò chơi “phối hợp lăn bóng theo vạch”.

**I. Mục tiêu bài học**

# 1. Về kiến thức:

- Học sinh biết và thực hiện được một số bài tập bổ trợ; Xuất phát vai hướng chạy và Lưng hướng chạy. Biêt phối hợp các giai đoạn chạy cự ly ngắn. và trò chơi “phối hợp lăn bóng theo vạch”.

**2. Về năng lực:**

# 2.1 Năng lực đặc thù.

- **Năng lực vận động cơ bản:** Học sinh nhận biết và thực hiện được một số bài tập bổ trợ. Học sinh thực hiện đúng cách phối hợp các giai đoạn chạy cự ly ngắn và trò chơi “phối hợp lăn bóng theo vạch”.

- **Năng lực hoạt động TDTT**: Học sinh lựa chọn được và thường xuyên tập luyện nội dung bài học phù hợp để nâng cao sức khoẻ. Học sinh tham gia tốt trò chơi.

**2.2 Năng lực chung.**

- **Năng lực tự chủ và tự học:** Học sinh có ý thức chủ động trong tập luyện , học tập, biết xem tranh ảnh trong sách giáo khoa phục vụ ND bài học, tự điều chỉnh tình cảm thái độ, hành vi của bản thân.

- **Năng lực giao tiếp và hợp tác**: Có ý thức lắng nghe, phản hồi tích cực trong quá trình học tập, xác định được mục đích nội dung, phương tiện, và thái độ giao tiếp, xác định được mục đích và phương thức hợp tác. Học sinh trình bày được sản phẩm học tập tương tác và hợp tác với bạn học.

- **Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo**:Học sinh thực hiện được các nhiệm vụ học tập, bài tập và trò chơi vận động theo yêu cầu của giáo viên.

**3. Về phẩm chất.**

- **Trung thực:** Học sinh tự giác tham gia đầy đủ các hoạt động học tập và hoàn thiện nhiệm vụ vận động, có ý thức đấu tranh với các hành vi thiếu trung thực trong học tập và trong cuộc sống.

- **Chăm chỉ:** Học sinh chủ động hoàn thành lượng vận động của bài tập, tích cực tham gia trò chơi vận động, luôn có ý thúc vươn lên đạt kết quả tốt trong học tập.

- **Nhân ái:** Học sinh có ý thức tôn trọng ý kiến của các thành viên trong nhóm khi hợp tác, gúp đỡ lẫn nhau trong khi tập luyện. Yêu quý và tôn trọng sự khác biệt giữa mọi người,

- **Trách nhiệm:** Học sinh có trách nhiệm với bản thân. Có trách nhiệm với môi trường sống. có trách nhiệm hoàn thành nội dung tập luyện.

# II. Thiết bị dạy học và học liệu.

# *+ Chuấn bị của giáo viên:* Trang phục gọn gàng, Kế hoạch bài dạy, Còi, dây đánh đích, đồng hồ bấm giây, tranh ảnh*.*

# *+ Chuẩn bị của học sinh:* Trang phục (giày TT), sách giáo khoa phù hợp với tiết học.

**III. Tiến trình dạy và học.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1. Hoạt động 1: Mở đầu (10** phút) | | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:** Tiếp nhận ban đầu về nội dung học tập; Hoàn thành LVĐ khởi động  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Học sinh tiếp nhận được về nội dung học tập;  - SP2: Học sinh chuyển được trạng thái cơ thể hoạt động bình thường sang trạng thái vào hoạt động cao hơn. | | | | | | | |
| **Nội dung** | | **LVĐ** | | **Tổ chức thực hiện** | | | |
| **Hoạt động của Gv** | **Hoạt động của HS** | | |
| \* Nhận lớp. - Kiểm tra sĩ số, dụng cụ, sân tập, hỏi thăm tình hình sức khỏe học sinh.  - Phổ biến nội dung và mục tiêu bài học  **\* Khởi động chung:**  - Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân.  - Xoay các khớp:  ( Cổ tay cổ chân, khớp khuỷu tay, khớp bả vai, khớp hông, khớp gối. )  - Ép dọc ép ngang.  **\* Khởi động CM:**  **-**  Chạy tại chỗ.  - Cúi gập đánh tay tại chỗ  - Vặn mình .  - Suy nghĩ và trả lời câu hỏi sau:  ? Em hãy lên thực hiện phối hợp trong giai đoạn chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng.. | | 1Vòng  2l x 8n  2l x 8n  1- 2 lần  1- 2 lần  1- 2 lần  1 lần | | ***Bước 1: GV giao nhiệm vụ:***  -GV nhận lớp, kiểm tra sức khỏe học sinh, phổ biến nội dung và mục tiêu bài học.    - Gv di chuyển, quan sát và chỉ dẫn đôn đốc học sinh.  - Gv vỗ tay nhanh dần điều  - Gv gọi 1 -2 em lên thực hiện.  ***Bước 4: GV kết luận, nhận định:***  - GV GV sử dụng PP trực quan và PP lời nói  (SP1): Đánh giá qua quan sát | ***Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ:***  - Cán sự lớp tập hợp lớp theo đội hình 4 hàng ngang, báo cáo sĩ số.  - HS quan sát, lắng nghe nội dung và mục tiêu giờ học. - Đội hình nhận lớp.- Hs chạy nhẹ nhàng, quan sát địa hình, nghiêm túc. - Cả lớp thực hiện theo nhịp hô của cán sự.  - Đội hình khởi động.    - Cả lớp thực hiện đồng loạt theo hiệu lệnh (tiếng vỗ tay nhanh dần điều của Gv)  - Đội hình khởi động CM    - Học sinh lên thực hiện kĩ thuật động tác  ***Bước 3; Tổ chức báo cáo.***  - Cán sự lớp báo cáo kết quả hoàn thành lượng vận động khởi động.  - Hs nhận xét khả năng thực hiện động tác của bạn. | | |
| **2. Hoạt động 2: Hình thành kiến thức mới (8 phút)** | | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Bước đầu học sinh nhận biết được cách phối hợp các giai đoạn chạy cự ly ngắn  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Động tác mô phỏng được kĩ thuật động tác phối hợp các giai đoạn chạy cự ly ngắn. | | | | | | | |
| - Nghiên cứu SGK và mô tả cách thức thực hiện kỹ thuật.  - Quan sát động tác mẫu , nghe GV phân tích và thực hiện kỹ thuật động tác.  phối hợp các giai đoạn chạy cự ly ngắn.    Description: Description: L7CHAY3 | | 4 phút  3Phút  2 -3 lần | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV Chia lớp thành 04 nhóm, phát tranh kĩ thuật động tác cho các nhóm tự nghiên cứu và tập mô phỏng động tác  - GV làm mẫu, phân tích kỹ thuật và hướng dẫn cả lớp thực hiện mô phỏng; kết hợp với quan sát và sửa sai.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  - GV nhận xét, đánh giá về mức độ tiếp thu kiến thức, kỹ năng của HS.  - (SP1) GV đánh giá bằng PP hỏi đáp, công cụ thang đo cho theo 2 mức:  + Đạt: Mô tả được kỹ thuật động tác  + Chưa đạt: Mô tả chưa được kỹ thuật động tác | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - Nhóm trưởng điều hành HS trong nhóm xem tranh, thảo luận và thực hiện kĩ thuật đọng tác.  - Học sinh chủ động hợp tác trao đổi ý kiến.  - HS lắng nghe, quan sát GV làm mẫu và phân tích.  - Học sinh thực hiện mô phỏng theo hướng dẫn của giáo viên từ chậm đến nhanh,  ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - GV mời đại diện một số nhóm mô tả cách thức thực hiện và thực hiện mô phỏng kĩ thuật động tác, sau đó mời các nhóm còn lại nhận xét. | |
| **3. Hoạt động 3: Luyện tập (12 phút)** | | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biết các động tác; Xuất phát vai hướng chạy và Lưng hướng chạy.  - Biết phối hợp các giai đoạn chạy cự ly ngắn.  **\* Sản phẩm:**  - Sp: Học sinh thực hiện đúng các động tác bổ trợ kĩ thật; Xuất phát vai hướng chạy và Lưng hướng chạy.  - Sp2: Học sinh phối hợp các giai đoạn chạy cự ly ngắn | | | | | | | |
| \* Thực hiện tập luyện;  - Lưng hướng chạy.    - Xuất phát vai hướng chạy    \* Phối hợp các giai đoạn chạy cự ly ngắn  Description: Description: L7CHAY3 | 3L x 15m  3L x 15m  1- 3 lần | | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV hướng dẫn và tổ chức học sinh tập luyện lần lượt các bài tập theo hình thức nhóm đồng loạt; lưu ý những sai sót thường gặp và cách sửa sai.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí:  - Đạt: Thực hiện được kĩ thuật động tác  - Chưa đạt: Thực hiện chưa đúng kĩ thuật động tác | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - Tập luyện nước chảy:  + Hs thành 3 - 4 hàng dọc lần lượt 3 – 4 hs lên thực hiện theo hiệu của cán sự  - Đội hình tập luyện.    - Đội hình tập luyện:  Description: Description: Description: L6DHCHAY  ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - GV chọn một HS thực hiện đúng, một học sinh thực hiện chưa đúng.  - HS quan sát, nhận xét và GV đưa ra kết luận. | |
| **4. Hoạt động 4: Vận dụng (10phút)** | | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biết vận dụng chơi trò chơi.  - Biết phối hợp trong giai đoạn chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng vào tập luyện ngoài giờ.  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Số được hiệp thực hiện nhanh nhất của 2 đội.  - SP2: Thực hiện phối hợp trong giai đoạn chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng và Vận dụng vào hoạt động tập luyện thể dục thể thao và trò chơi ở trên lớp cũng như ngoài giờ học. | | | | | | | |
| - Thực hiện trò chơi “phối hợp lăn bóng theo vạch”.  - Suy nghĩ và trả lời câu hỏi sau:  ? Em hãy lên thực hiện phối hợp các giai đoạn chạy cự ly ngắn. | 3 hiệp  1L x 10m | | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV chia lớp thành 02 đội bằng nhau. Giáo viên phổ biến nội dung trò chơi, cách chơi luật chơi và tổ chức trò chơi.  - Gv gọi 1 -2 em lên thực hiện.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  - GV đánh giá thông qua kết quả của mỗi đội, đội nào có số hiệp thực hiện nhanh nhất thì xếp trên, tuyên dương và nghe phản hồi từ HS.  - GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí:  - Đạt: Thực hiện được kĩ thuật động tác  - Chưa đạt: Thực hiện chưa đúng kĩ thuật động tác | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS quan sát, lắng nghe và thực hiện trò chơi  - Học sinh chơi trò chơi nhiệt tình đoàn kết.  - Đội hình trò chơi.    - Học sinh lên thực hiện kĩ thuật động tác  ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - HS báo các kết quả thực hiện trò chơi  - Hs nhận xét khả năng thực hiện động tác của bạn. |
| **5. Hoạt động: Kết thúc (5phút)** | | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biêt cách đưa cơ thể về trạng thái ban đầu.  - Học sinh biêt cách định hướng tự học và luyện tập ở nhà  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Cơ thể được hồi phục sau luyện tập.  - SP2: Phẩm chất, năng lực hình thành ở HS. | | | | | | | |
| **\* Hồi tĩnh:**  - Thả lỏng cơ toàn thân  (nên sử dụng âm nhạc làm nền khi học sinh thả lỏng)  **\* Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà:**  - Ưu điểm; Hạn chế cần khắc phục  - Hướng dẫn tập luyện ở nhà  **\* Xuống lớp:** | 3 phút  2 phút | | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - Hướng dẫn HS thực hiện thả lỏng; nhận xét giờ học  - Hướng dẫn HS sử dụng SGK để tự tập luyện (buổi học sau mời 1 - 2 HS thực hiện kĩ thuật động tác). | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh  - HS chú ý lắng nghe.  - HS tiếp nhận bài tập của GV: Tự tập luyện ngoài giờ, các tình huống vận dụng. |

* Rút kinh nghiệm:

|  |  |
| --- | --- |
| ……………………………………….. | Kí duyệt, |
| ……………………………………….. |  |

Ngày soạn: 20/9/2023

Ngày dạy:

**CHỦ ĐỀ: CHẠY NGẮN**

**Tiết 8 Bài 3: Phối hợp các giai đoạn chạy cự ly ngắn.**

- Ôn tập một số bài tập bổ trợ; Xuất phát vai hướng chạy và Lưng hướng chạy.

- Luyện tập phối hợp các giai đoạn chạy cự ly ngắn..

- Trò chơi “chạy con thoi 4 x 10m”.

**I. Mục tiêu bài học**

# 1. Về kiến thức:

- Học sinh biết và thực hiện được một số bài tập bổ trợ; Xuất phát vai hướng chạy và Lưng hướng chạy. Biêt phối hợp các giai đoạn chạy cự ly ngắn. và trò chơi “chạy con thoi 4 x 10m”.

**2. Về năng lực:**

# 2.1 Năng lực đặc thù.

- **Năng lực vận động cơ bản:** Học sinh nhận biết và thực hiện được một số bài tập bổ trợ. Học sinh thực hiện đúng cách phối hợp các giai đoạn chạy cự ly ngắn và trò chơi “chạy con thoi 4 x 10m”.

- **Năng lực hoạt động TDTT**: Học sinh lựa chọn được và thường xuyên tập luyện nội dung bài học phù hợp để nâng cao sức khoẻ. Học sinh tham gia tốt trò chơi.

**2.2 Năng lực chung.**

- **Năng lực tự chủ và tự học:** Học sinh có ý thức chủ động trong tập luyện , học tập, biết xem tranh ảnh trong sách giáo khoa phục vụ ND bài học, tự điều chỉnh tình cảm thái độ, hành vi của bản thân.

- **Năng lực giao tiếp và hợp tác**: Có ý thức lắng nghe, phản hồi tích cực trong quá trình học tập, xác định được mục đích nội dung, phương tiện, và thái độ giao tiếp, xác định được mục đích và phương thức hợp tác. Học sinh trình bày được sản phẩm học tập tương tác và hợp tác với bạn học.

- **Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo**:Học sinh thực hiện được các nhiệm vụ học tập, bài tập và trò chơi vận động theo yêu cầu của giáo viên.

**3. Về phẩm chất.**

- **Trung thực:** Học sinh tự giác tham gia đầy đủ các hoạt động học tập và hoàn thiện nhiệm vụ vận động, có ý thức đấu tranh với các hành vi thiếu trung thực trong học tập và trong cuộc sống.

- **Chăm chỉ:** Học sinh chủ động hoàn thành lượng vận động của bài tập, tích cực tham gia trò chơi vận động, luôn có ý thúc vươn lên đạt kết quả tốt trong học tập.

- **Nhân ái:** Học sinh có ý thức tôn trọng ý kiến của các thành viên trong nhóm khi hợp tác, gúp đỡ lẫn nhau trong khi tập luyện. Yêu quý và tôn trọng sự khác biệt giữa mọi người,

- **Trách nhiệm:** Học sinh có trách nhiệm với bản thân. Có trách nhiệm với môi trường sống. có trách nhiệm hoàn thành nội dung tập luyện.

# II. Thiết bị dạy học và học liệu.

# *+ Chuấn bị của giáo viên:* Trang phục gọn gàng, Kế hoạch bài dạy, Còi, dây đánh đích, đồng hồ bấm giây, tranh ảnh*.*

# *+ Chuẩn bị của học sinh:* Trang phục (giày TT), sách giáo khoa phù hợp với tiết học.

**III. Tiến trình dạy và học.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1. Hoạt động 1: Mở đầu (10** **phút**) | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:** Tiếp nhận ban đầu về nội dung học tập; Hoàn thành LVĐ khởi động  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Học sinh tiếp nhận được về nội dung học tập;  - SP2: Học sinh chuyển được trạng thái cơ thể hoạt động bình thường sang trạng thái vào hoạt động cao hơn. | | | | | | |
| **Nội dung** | | **LVĐ** | **Tổ chức thực hiện** | | | |
| **Hoạt động của Gv** | **Hoạt động của HS** | | |
| \* Nhận lớp. - Kiểm tra sĩ số, dụng cụ, sân tập, hỏi thăm tình hình sức khỏe học sinh.  - Phổ biến nội dung và mục tiêu bài học  **\* Khởi động chung:**  - Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân.  - Xoay các khớp:  ( Cổ tay cổ chân, khớp khuỷu tay, khớp bả vai, khớp hông, khớp gối. )  - Ép dọc ép ngang.  **\* Khởi động CM:**  **-**  Chạy tại chỗ.  - Cúi gập đánh tay tại chỗ  - Vặn mình .  - Suy nghĩ và trả lời câu hỏi sau:  ? Em hãy lên thực hiện phối hợp các giai đoạn chạy cự ly ngắn. | | 1Vòng  2l x 8n  2l x 8n  1- 2 lần  1- 2 lần  1- 2 lần  1 lần | ***Bước 1: GV giao nhiệm vụ:***  -GV nhận lớp, kiểm tra sức khỏe học sinh, phổ biến nội dung và mục tiêu bài học.    - Gv di chuyển, quan sát và chỉ dẫn đôn đốc học sinh.  - Gv vỗ tay nhanh dần điều  - Gv gọi 1 -2 em lên thực hiện.  ***Bước 4: GV kết luận, nhận định:***  - GV GV sử dụng PP trực quan và PP lời nói  (SP1): Đánh giá qua quan sát | ***Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ:***  - Cán sự lớp tập hợp lớp theo đội hình 4 hàng ngang, báo cáo sĩ số.  - HS quan sát, lắng nghe nội dung và mục tiêu giờ học. - Đội hình nhận lớp.- Hs chạy nhẹ nhàng, quan sát địa hình, nghiêm túc. - Cả lớp thực hiện theo nhịp hô của cán sự.  - Đội hình khởi động.    - Cả lớp thực hiện đồng loạt theo hiệu lệnh (tiếng vỗ tay nhanh dần điều của Gv)  - Đội hình khởi động CM    - Học sinh lên thực hiện kĩ thuật động tác  ***Bước 3; Tổ chức báo cáo.***  - Cán sự lớp báo cáo kết quả hoàn thành lượng vận động khởi động.  - Hs nhận xét khả năng thực hiện động tác của bạn. | | |
| **2. Hoạt động 2: Hình thành kiến thức mới (8 phút)** | | | | | | |
| **3. Hoạt động 3: Luyện tập (20 phút)** | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biết các động tác; Xuất phát vai hướng chạy và Lưng hướng chạy.  - Biết phối hợp các giai đoạn chạy cự ly ngắn.  **\* Sản phẩm:**  - Sp: Học sinh thực hiện đúng các động tác bổ trợ kĩ thật; Xuất phát vai hướng chạy và Lưng hướng chạy.  - Sp2: Học sinh phối hợp các giai đoạn chạy cự ly ngắn | | | | | | |
| \* Thực hiện tập luyện;  - Lưng hướng chạy.    - Xuất phát vai hướng chạy    \* Phối hợp các giai đoạn chạy cự ly ngắn  Description: Description: Description: L7CHAY3 | 3L x 15m  3L x 15m  1- 3 lần | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV hướng dẫn và tổ chức học sinh tập luyện lần lượt các bài tập theo hình thức nhóm đồng loạt; lưu ý những sai sót thường gặp và cách sửa sai.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí:  - Đạt: Thực hiện được kĩ thuật động tác  - Chưa đạt: Thực hiện chưa đúng kĩ thuật động tác | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - Tập luyện nước chảy:  + Hs thành 3 - 4 hàng dọc lần lượt 3 – 4 hs lên thực hiện theo hiệu của cán sự  - Đội hình tập luyện.    - Đội hình tập luyện:  Description: Description: Description: Description: L6DHCHAY  ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - GV chọn một HS thực hiện đúng, một học sinh thực hiện chưa đúng.  - HS quan sát, nhận xét và GV đưa ra kết luận. | |
| **4. Hoạt động 4: Vận dụng (10phút)** | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biết vận dụng chơi trò chơi.  - Biết phối hợp trong giai đoạn chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng vào tập luyện ngoài giờ.  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Số được hiệp thực hiện nhanh nhất của 2 đội.  - SP2: Thực hiện phối hợp trong giai đoạn chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng và Vận dụng vào hoạt động tập luyện thể dục thể thao và trò chơi ở trên lớp cũng như ngoài giờ học. | | | | | | |
| - Thực hiện trò chơi “chạy con thoi 4 x 10m”.  - Suy nghĩ và trả lời câu hỏi sau:  ? Em hãy lên thực hiện phối hợp các giai đoạn chạy cự ly ngắn. | 3 hiệp  1L x 10m | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV chia lớp thành 02 đội bằng nhau. Giáo viên phổ biến nội dung trò chơi, cách chơi luật chơi và tổ chức trò chơi.  - Gv gọi 1 -2 em lên thực hiện.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  - GV đánh giá thông qua kết quả của mỗi đội, đội nào có số hiệp thực hiện nhanh nhất thì xếp trên, tuyên dương và nghe phản hồi từ HS.  - GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí:  - Đạt:  - Chưa đạt: | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS quan sát, lắng nghe và thực hiện trò chơi  - Học sinh chơi trò chơi nhiệt tình đoàn kết.  - Đội hình trò chơi.    - Học sinh lên thực hiện kĩ thuật động tác  ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - HS báo các kết quả thực hiện trò chơi |
| **5. Hoạt động: Kết thúc (5phút)** | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biêt cách đưa cơ thể về trạng thái ban đầu.  - Học sinh biêt cách định hướng tự học và luyện tập ở nhà  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Cơ thể được hồi phục sau luyện tập.  - SP2: Phẩm chất, năng lực hình thành ở HS. | | | | | | |
| **\* Hồi tĩnh:**  - Thả lỏng cơ toàn thân  **\* Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà:**  **\* Xuống lớp:** | 3 phút  2 phút | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - Hướng dẫn HS thực hiện thả lỏng; nhận xét giờ học | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh |

* Rút kinh nghiệm:

|  |  |
| --- | --- |
| ……………………………………….. | Kí duyệt, |
| ……………………………………….. |  |

Ngày soạn:27/9/2023

Ngày dạy:

**CHỦ ĐỀ: CHẠY NGẮN**

**Tiết 9 Bài 3: Phối hợp các giai đoạn chạy cự ly ngắn.**

- Ôn tập một số bài tập bổ trợ; Xuất phát vai hướng chạy và Lưng hướng chạy.

- Luyện tập phối hợp các giai đoạn chạy cự ly ngắn..

- Trò chơi “chạy con thoi 4 x 10m”.

**I. Mục tiêu bài học**

# 1. Về kiến thức:

- Học sinh biết và thực hiện được một số bài tập bổ trợ; Xuất phát vai hướng chạy và Lưng hướng chạy. Biêt phối hợp các giai đoạn chạy cự ly ngắn. và trò chơi “chạy con thoi 4 x 10m”.

**2. Về năng lực:**

# 2.1 Năng lực đặc thù.

- **Năng lực vận động cơ bản:** Học sinh nhận biết và thực hiện được một số bài tập bổ trợ. Học sinh thực hiện đúng cách phối hợp các giai đoạn chạy cự ly ngắn và trò chơi “chạy con thoi 4 x 10m”.

- **Năng lực hoạt động TDTT**: Học sinh lựa chọn được và thường xuyên tập luyện nội dung bài học phù hợp để nâng cao sức khoẻ. Học sinh tham gia tốt trò chơi.

**2.2 Năng lực chung.**

- **Năng lực tự chủ và tự học:** Học sinh có ý thức chủ động trong tập luyện , học tập, biết xem tranh ảnh trong sách giáo khoa phục vụ ND bài học, tự điều chỉnh tình cảm thái độ, hành vi của bản thân.

- **Năng lực giao tiếp và hợp tác**: Có ý thức lắng nghe, phản hồi tích cực trong quá trình học tập, xác định được mục đích nội dung, phương tiện, và thái độ giao tiếp, xác định được mục đích và phương thức hợp tác. Học sinh trình bày được sản phẩm học tập tương tác và hợp tác với bạn học.

- **Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo**:Học sinh thực hiện được các nhiệm vụ học tập, bài tập và trò chơi vận động theo yêu cầu của giáo viên.

**3. Về phẩm chất.**

- **Trung thực:** Học sinh tự giác tham gia đầy đủ các hoạt động học tập và hoàn thiện nhiệm vụ vận động, có ý thức đấu tranh với các hành vi thiếu trung thực trong học tập và trong cuộc sống.

- **Chăm chỉ:** Học sinh chủ động hoàn thành lượng vận động của bài tập, tích cực tham gia trò chơi vận động, luôn có ý thúc vươn lên đạt kết quả tốt trong học tập.

- **Nhân ái:** Học sinh có ý thức tôn trọng ý kiến của các thành viên trong nhóm khi hợp tác, gúp đỡ lẫn nhau trong khi tập luyện. Yêu quý và tôn trọng sự khác biệt giữa mọi người,

- **Trách nhiệm:** Học sinh có trách nhiệm với bản thân. Có trách nhiệm với môi trường sống. có trách nhiệm hoàn thành nội dung tập luyện.

# II. Thiết bị dạy học và học liệu.

# *+ Chuấn bị của giáo viên:* Trang phục gọn gàng, Kế hoạch bài dạy, Còi, dây đánh đích, đồng hồ bấm giây, tranh ảnh*.*

# *+ Chuẩn bị của học sinh:* Trang phục (giày TT), sách giáo khoa phù hợp với tiết học.

**III. Tiến trình dạy và học.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1. Hoạt động 1: Mở đầu (10** phút) | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:** Tiếp nhận ban đầu về nội dung học tập; Hoàn thành LVĐ khởi động  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Học sinh tiếp nhận được về nội dung học tập;  - SP2: Học sinh chuyển được trạng thái cơ thể hoạt động bình thường sang trạng thái vào hoạt động cao hơn. | | | | | | |
| **Nội dung** | | **LVĐ** | **Tổ chức thực hiện** | | | |
| **Hoạt động của Gv** | **Hoạt động của HS** | | |
| \* Nhận lớp. - Kiểm tra sĩ số, dụng cụ, sân tập, hỏi thăm tình hình sức khỏe học sinh.  - Phổ biến nội dung và mục tiêu bài học  **\* Khởi động chung:**  - Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân.  - Xoay các khớp:  ( Cổ tay cổ chân, khớp khuỷu tay, khớp bả vai, khớp hông, khớp gối. )  - Ép dọc ép ngang.  **\* Khởi động CM:**  **-**  Chạy tại chỗ.  - Cúi gập đánh tay tại chỗ  - Vặn mình .  - Suy nghĩ và trả lời câu hỏi sau:  ? Em hãy lên thực hiện phối hợp các giai đoạn chạy cự ly ngắn. | | 1Vòng  2l x 8n  2l x 8n  1- 2 lần  1- 2 lần  1- 2 lần  1 lần | ***Bước 1: GV giao nhiệm vụ:***  -GV nhận lớp, kiểm tra sức khỏe học sinh, phổ biến nội dung và mục tiêu bài học.    - Gv di chuyển, quan sát và chỉ dẫn đôn đốc học sinh.  - Gv vỗ tay nhanh dần điều  - Gv gọi 1 -2 em lên thực hiện.  ***Bước 4: GV kết luận, nhận định:***  - GV GV sử dụng PP trực quan và PP lời nói  (SP1): Đánh giá qua quan sát | ***Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ:***  - Cán sự lớp tập hợp lớp theo đội hình 4 hàng ngang, báo cáo sĩ số.  - HS quan sát, lắng nghe nội dung và mục tiêu giờ học. - Đội hình nhận lớp.- Hs chạy nhẹ nhàng, quan sát địa hình, nghiêm túc. - Cả lớp thực hiện theo nhịp hô của cán sự.  - Đội hình khởi động.    - Cả lớp thực hiện đồng loạt theo hiệu lệnh (tiếng vỗ tay nhanh dần điều của Gv)  - Đội hình khởi động CM    - Học sinh lên thực hiện kĩ thuật động tác  ***Bước 3; Tổ chức báo cáo.***  - Cán sự lớp báo cáo kết quả hoàn thành lượng vận động khởi động.  - Hs nhận xét khả năng thực hiện động tác của bạn. | | |
| **2. Hoạt động 2: Hình thành kiến thức mới (8 phút)** | | | | | | |
| **3. Hoạt động 3: Luyện tập (20 phút)** | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biết các động tác; Xuất phát vai hướng chạy và Lưng hướng chạy.  - Biết phối hợp các giai đoạn chạy cự ly ngắn.  **\* Sản phẩm:**  - Sp: Học sinh thực hiện đúng các động tác bổ trợ kĩ thật; Xuất phát vai hướng chạy và Lưng hướng chạy.  - Sp2: Học sinh phối hợp các giai đoạn chạy cự ly ngắn | | | | | | |
| \* Thực hiện tập luyện;  - Lưng hướng chạy.    - Xuất phát vai hướng chạy    \* Phối hợp các giai đoạn chạy cự ly ngắn  Description: Description: Description: Description: L7CHAY3 | 3L x 15m  3L x 15m  1- 3 lần | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV hướng dẫn và tổ chức học sinh tập luyện lần lượt các bài tập theo hình thức nhóm đồng loạt; lưu ý những sai sót thường gặp và cách sửa sai.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí:  - Đạt: Thực hiện được kĩ thuật động tác  - Chưa đạt: Thực hiện chưa đúng kĩ thuật động tác | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - Tập luyện nước chảy:  + Hs thành 3 - 4 hàng dọc lần lượt 3 – 4 hs lên thực hiện theo hiệu của cán sự  - Đội hình tập luyện.    - Đội hình tập luyện:  Description: Description: Description: Description: Description: L6DHCHAY  ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - GV chọn một HS thực hiện đúng, một học sinh thực hiện chưa đúng.  - HS quan sát, nhận xét và GV đưa ra kết luận. | |
| **4. Hoạt động 4: Vận dụng (10phút)** | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biết vận dụng chơi trò chơi.  - Biết phối hợp trong giai đoạn chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng vào tập luyện ngoài giờ.  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Số được hiệp thực hiện nhanh nhất của 2 đội.  - SP2: Thực hiện phối hợp trong giai đoạn chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng và Vận dụng vào hoạt động tập luyện thể dục thể thao và trò chơi ở trên lớp cũng như ngoài giờ học. | | | | | | |
| - Thực hiện trò chơi “chạy con thoi 4 x 10m”.  - Suy nghĩ và trả lời câu hỏi sau:  ? Em hãy lên thực hiện phối hợp các giai đoạn chạy cự ly ngắn. | 3 hiệp  1L x 10m | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV chia lớp thành 02 đội bằng nhau. Giáo viên phổ biến nội dung trò chơi, cách chơi luật chơi và tổ chức trò chơi.  - Gv gọi 1 -2 em lên thực hiện.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  - GV đánh giá thông qua kết quả của mỗi đội, đội nào có số hiệp thực hiện nhanh nhất thì xếp trên, tuyên dương và nghe phản hồi từ HS.  - GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí:  - Đạt: Thực hiện được kĩ thuật động tác  - Chưa đạt: Thực hiện chưa đúng kĩ thuật động tác | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS quan sát, lắng nghe và thực hiện trò chơi  - Học sinh chơi trò chơi nhiệt tình đoàn kết.  - Đội hình trò chơi.    - Học sinh lên thực hiện kĩ thuật động tác  ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - HS báo các kết quả thực hiện trò chơi  - Hs nhận xét khả năng thực hiện động tác của bạn. |
| **5. Hoạt động: Kết thúc (5phút)** | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biêt cách đưa cơ thể về trạng thái ban đầu.  - Học sinh biêt cách định hướng tự học và luyện tập ở nhà  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Cơ thể được hồi phục sau luyện tập.  - SP2: Phẩm chất, năng lực hình thành ở HS. | | | | | | |
| **\* Hồi tĩnh:**  - Thả lỏng cơ toàn thân  (nên sử dụng âm nhạc làm nền khi học sinh thả lỏng)  **\* Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà:**  - Ưu điểm; Hạn chế cần khắc phục  - Hướng dẫn tập luyện ở nhà  **\* Xuống lớp:** | 3 phút  2 phút | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - Hướng dẫn HS thực hiện thả lỏng; nhận xét giờ học  - Hướng dẫn HS sử dụng SGK để tự tập luyện (buổi học sau mời 1 - 2 HS thực hiện kĩ thuật động tác). | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh  - HS chú ý lắng nghe.  - HS tiếp nhận bài tập của GV: Tự tập luyện ngoài giờ, các tình huống vận dụng. |

* Rút kinh nghiệm:

|  |  |
| --- | --- |
| ……………………………………….. | Kí duyệt, |
| ……………………………………….. |  |

Ngày soạn:27/9/2023

Ngày dạy:

**CHỦ ĐỀ: CẦU LÔNG**

**Tiết 10 Bài 1: Bài tập bổ trợ kĩ thuật; Kĩ thuật phát cầu thuận tay.**

- Một số bài tập bổ trở; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái.

- Học kĩ thuật phát cầu thuận tay

- Trò chơi: Chạy trao vượt tiếp sức.

**I. Mục tiêu bài học**

# 1. Về kiến thức:

- Học sinh biết và thực hiện được một số bài tập bổ trợ; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái biết và thực hiện đúng kĩ thuật phát cầu thuận tay; Trò chơi: Chạy trao vượt tiếp sức.

**2. Về năng lực:**

# 2.1 Năng lực đặc thù.

- **Năng lực vận động cơ bản:** Học sinh thực hiện được một số bài tập bổ trợ ; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái ; biết và thực hiện được kĩ thuật phát cầu thuận tay

- **Năng lực hoạt động TDTT**: Học sinh lựa chọn được và thường xuyên tập luyện nội dung bài học phù hợp để nâng cao sức khoẻ. Học sinh tham gia tốt trò chơi.

**2.2 Năng lực chung.**

- **Năng lực tự chủ và tự học:** Học sinh có ý thức chủ động trong tập luyện, học tập, biết xem tranh ảnh trong sách giáo khoa phục vụ ND bài học, tự điều chỉnh tình cảm thái độ, hành vi của bản thân.

- **Năng lực giao tiếp và hợp tác**: Có ý thức lắng nghe, phản hồi tích cực trong quá trình học tập, xác định được mục đích nội dung, phương tiện, và thái độ giao tiếp, xác định được mục đích và phương thức hợp tác. Học sinh trình bày được sản phẩm học tập tương tác và hợp tác với bạn học.

- **Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo**:Học sinh thực hiện được các nhiệm vụ học tập, bài tập và trò chơi vận động theo yêu cầu của giáo viên.

**3. Về phẩm chất.**

- **Chăm chỉ:** Học sinh chủ động hoàn thành lượng vận động của bài tập, tích cực tham gia trò chơi vận động, luôn có ý thúc vươn lên đạt kết quả tốt trong học tập.

- **Nhân ái:** Học sinh có ý thức tôn trọng ý kiến của các thành viên trong nhóm khi hợp tác, gúp đỡ lẫn nhau trong khi tập luyện. Yêu quý và tôn trọng sự khác biệt giữa mọi người,

- **Trách nhiệm:** Học sinh có trách nhiệm với bản thân. Có trách nhiệm với môi trường sống. có trách nhiệm hoàn thành nội dung tập luyện.

- **Trung thực:** Học sinh tự giác tham gia đầy đủ các hoạt động học tập và hoàn thiện nhiệm vụ vận động.

# II. Thiết bị dạy học và học liệu.

# *+ Chuấn bị của giáo viên:* Trang phục gọn gàng, Kế hoạch bài dạy, Còi, quả cầu lông, vượt, tranh ảnh*.*

# *+ Chuẩn bị của học sinh:* Trang phục (giày TT), sách giáo khoa phù hợp với tiết học.

**III. Tiến trình dạy và học.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1. Hoạt động 1: Mở đầu (10** phút) | | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:** Tiếp nhận ban đầu về nội dung học tập; Hoàn thành LVĐ khởi động  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Học sinh tiếp nhận được về nội dung học tập;  - SP2: Học sinh chuyển được trạng thái cơ thể hoạt động bình thường sang trạng thái vào hoạt động cao hơn. | | | | | | | |
| **Nội dung** | | **LVĐ** | | **Tổ chức thực hiện** | | | |
| **Hoạt động của Gv** | **Hoạt động của HS** | | |
| \* Nhận lớp. - Kiểm tra sĩ số, dụng cụ, sân tập, hỏi thăm tình hình sức khỏe học sinh.  - Phổ biến nội dung và mục tiêu bài học  **\* Khởi động chung:**  - Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân.  - Xoay các khớp:  ( Cổ tay cổ chân, khớp khuỷu tay, khớp bả vai, khớp hông, khớp gối. )  - Ép dọc ép ngang.  **\* Khởi động CM:**  - Chạy tại chỗ.  - Cúi gập đánh tay .  - Xoay và lắc cổ tay với vượt.  - Suy nghĩ và trả lời câu hỏi sau:  ? Em hãy lên thực di chuyển đơn bước sang phải, sang trái | | 1Vòng  2l x 8n  2l x 8n  1- 2 lần  1- 2 lần  2l x 8n  1 lần | | ***Bước 1: GV giao nhiệm vụ:***  -GV nhận lớp, kiểm tra sức khỏe học sinh, phổ biến nội dung và mục tiêu bài học.    - Gv di chuyển, quan sát và chỉ dẫn đôn đốc học sinh.  - Gv dùng tín hiệu còi hoặc vỗ tay nhanh dần điều  - Gv gọi 1 -2 em lên thực hiện.  ***Bước 4: GV kết luận, nhận định:***  - GV GV sử dụng PP trực quan và PP lời nói  (SP1): Đánh giá qua quan sát | ***Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ:***  - Cán sự lớp tập hợp lớp theo đội hình 4 hàng ngang, báo cáo sĩ số.  - HS quan sát, lắng nghe nội dung và mục tiêu giờ học. - Đội hình nhận lớp.- Hs chạy nhẹ nhàng, quan sát địa hình, nghiêm túc. - Cả lớp thực hiện theo nhịp hô của cán sự.  - Đội hình khởi động.    - Cả lớp thực hiện đồng loạt theo hiệu lệnh (tiếng vỗ tay nhanh dần điều của Gv)  - Đội hình khởi động CM    - Học sinh lên thực hiện kĩ thuật động tác  ***Bước 3; Tổ chức báo cáo.***  - Cán sự lớp báo cáo kết quả hoàn thành lượng vận động khởi động.  - Hs nhận xét khả năng thực hiện động tác của bạn. | | |
| **2. Hoạt động 2: Hình thành kiến thức mới (8 phút)** | | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Bước đầu học sinh biết kĩ thuật phát cầu thuận tay  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Động tác mô phỏng được kĩ thuật phát cầu thuận tay | | | | | | | |
| - Nghiên cứu tranh và mô tả cách thức thực hiện kỹ thuật động tác.  - Quan sát động tác mẫu, nghe GV phân tích kĩ thuật phát cầu thuận tay  . | |  | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV Chia lớp thành 04 nhóm, phát tranh kĩ thuật động tác cho các nhóm tự nghiên cứu và tập mô phỏng kĩ thuật động tác  - GV làm mẫu, phân tích kỹ thuật và hướng dẫn cả lớp thực hiện mô phỏng; kết hợp với quan sát và sửa sai.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  - GV nhận xét, đánh giá về mức độ tiếp thu kiến thức, kỹ năng của HS.  - GV đánh giá bằng PP hỏi đáp, công cụ thang đo cho theo 2 mức  + Đạt: Mô tả được kỹ thuật động tác  + Chưa đạt: Mô tả chưa được kỹ thuật động tác | | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - Nhóm trưởng điều hành HS trong nhóm xem tranh, thảo luận và thực hiện mô phỏng kỹ thuật động tác.  - Học sinh chủ động hợp tác trao đổi ý kiến.  - HS lắng nghe, quan sát GV làm mẫu và phân tích.  - Học sinh thực hiện mô phỏng theo hướng dẫn của giáo viên  ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - GV mời đại diện một số nhóm mô tả cách thức thực hiện và thực hiện mô phỏng kĩ thuật động tác, sau đó mời các nhóm còn lại nhận xét. |
| **3. Hoạt động 3: Luyện tập (12 phút)** | | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Biết một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái  - Học sinh biết kĩ thuật phát cầu thuận tay.  **\* Sản phẩm:**  - Sp1: Thực hiện đúng một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái.  - Sp2: Học sinh thực hiện đúng kĩ thuật phát cầu thuận tay.. | | | | | | | |
| \* Thực hiện luyện tập:  - Một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái  - Kĩ thuật phát cầu thuận tay .  . | | **12 phút**  6 - 8Lần | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV hướng dẫn và tổ chức học sinh tập luyện lần lượt các bài tập theo hình thức nhóm đồng loạt, chia nhóm và lưu ý những sai sót thường gặp và cách sửa sai.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí:  + Đạt: Thực hiện được kĩ thuật động tác  + Chưa đạt: Thực hiện chưa đúng kĩ thuật | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - Tập luyện đồng loạt:  + Hs thành 3 - 4 hàng ngang thực hiện 8 - 10 lần các bước di chuyển  + Hs thực hiện mô phỏng không cầu 6 – 8 lần theo hiệu lệnh của giáo viên.  + Đội hình tập luyện bổ trợ,tập không cầu    - Tập luyện nhóm cặp đôi luân phiên.  + 1 học sinh làm nhóm trưởng điều hành lần lượt cho các bạn trong nhóm tập luyện.  +Lần lượt 2 học sinh vào sân thực hiện.  + Đội hình nhóm 1 tập luyện trong sân cầu lông    - Đội hình nhóm 2 tập luyện ngoài sân cầu lông.  x x x x x x  x x x x x x ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - GV mời đại diện một số nhóm mô tả cách thức thực hiện và thực hiện mô phỏng kĩ thuật động tác, sau đó mời các nhóm còn lại nhận xét. | |
| **4. Hoạt động 4: Vận dụng (10phút)** | | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biết vận dụng chơi trò chơi.  - Biết kĩ thuật phát cầu thuận tay  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Số được hiệp thực hiện nhanh nhất của 2 đội.  - SP2: Thực hiện đúng kĩ thuật phát cầu thuận tay.. | | | | | | | |
| - Thực hiện trò chơi “Chạy trao vượt tiếp sức’’  - Suy nghĩ và trả lời câu hỏi sau:  ? Em hãy thực hiện kĩ thuật phát cầu thuận tay. | 3 hiệp  1L | | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV chia lớp thành 02 đội bằng nhau. Giáo viên phổ biến nội dung trò chơi, cách chơi luật chơi và tổ chức trò chơi.  - Gv gọi 1 -2 em lên thực hiện.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  - GV đánh giá thông qua kết quả của mỗi đội, đội nào có số hiệp thực hiện nhanh nhất thì xếp trên, tuyên dương và nghe phản hồi từ HS.  - GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí:  - Đạt: Thực hiện được kĩ thuật động tác  - Chưa đạt: Thực hiện chưa đúng kĩ thuật động tác | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS quan sát, lắng nghe và thực hiện trò chơi  - Học sinh chơi trò chơi nhiệt tình đoàn kết.  - Đội hình trò chơi.  a28  - Học sinh lên thực hiện kĩ thuật động tác  ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - HS báo các kết quả thực hiện trò chơi  - Hs nhận xét khả năng thực hiện động tác của bạn. |
| **5. Hoạt động: Kết thúc (5phút)** | | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biêt cách đưa cơ thể về trạng thái ban đầu.  - Học sinh biêt cách định hướng tự học và luyện tập ở nhà  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Cơ thể được hồi phục sau luyện tập.  - SP2: Phẩm chất, năng lực hình thành ở HS. | | | | | | | |
| **\* Hồi tĩnh:**  - Thả lỏng cơ toàn thân  (nên sử dụng âm nhạc làm nền khi học sinh thả lỏng)  **\* Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà:**  - Ưu điểm; Hạn chế cần khắc phục  - Hướng dẫn tập luyện ở nhà  **\* Xuống lớp:** | 3 phút  2 phút | | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - Hướng dẫn HS thực hiện thả lỏng; nhận xét giờ học  - Hướng dẫn HS sử dụng SGK để tự tập luyện (buổi học sau mời 1 - 2 HS thực hiện kĩ thuật động tác). | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh  - HS chú ý lắng nghe.  - HS tiếp nhận bài tập của GV: Tự tập luyện ngoài giờ, các tình huống vận dụng. |

* Rút kinh nghiệm:

|  |  |
| --- | --- |
| ……………………………………….. | Kí duyệt, |
| ……………………………………….. |  |

Ngày soạn:4/10/2023

Ngày dạy:

**Tiết 11 Bài 1: Bài tập bổ trợ kĩ thuật; Kĩ thuật phát cầu thuận tay.**

- Một số bài tập bổ trở; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái.

- Ôn tập kĩ thuật phát cầu thuận tay

- Trò chơi: Thi phát cầu trúng đích.

**I. Mục tiêu bài học**

# 1. Về kiến thức:

- Học sinh biết và thực hiện được một số bài tập bổ trợ; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái biết và thực hiện đúng kĩ thuật phát cầu thuận tay; Trò chơi: Thi phát cầu trúng đích.

**2. Về năng lực:**

# 2.1 Năng lực đặc thù.

- **Năng lực vận động cơ bản:** Học sinh thực hiện được một số bài tập bổ trợ ; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái ; biết và thực hiện được kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải

- **Năng lực hoạt động TDTT**: Học sinh lựa chọn được và thường xuyên tập luyện nội dung bài học phù hợp để nâng cao sức khoẻ. Học sinh tham gia tốt trò chơi.

**2.2 Năng lực chung.**

- **Năng lực tự chủ và tự học:** Học sinh có ý thức chủ động trong tập luyện, học tập, biết xem tranh ảnh trong sách giáo khoa phục vụ ND bài học, tự điều chỉnh tình cảm thái độ, hành vi của bản thân.

- **Năng lực giao tiếp và hợp tác**: Có ý thức lắng nghe, phản hồi tích cực trong quá trình học tập, xác định được mục đích nội dung, phương tiện, và thái độ giao tiếp, xác định được mục đích và phương thức hợp tác. Học sinh trình bày được sản phẩm học tập tương tác và hợp tác với bạn học.

- **Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo**:Học sinh thực hiện được các nhiệm vụ học tập, bài tập và trò chơi vận động theo yêu cầu của giáo viên.

**3. Về phẩm chất.**

- **Chăm chỉ:** Học sinh chủ động hoàn thành lượng vận động của bài tập, tích cực tham gia trò chơi vận động, luôn có ý thúc vươn lên đạt kết quả tốt trong học tập.

- **Nhân ái:** Học sinh có ý thức tôn trọng ý kiến của các thành viên trong nhóm khi hợp tác, gúp đỡ lẫn nhau trong khi tập luyện. Yêu quý và tôn trọng sự khác biệt giữa mọi người,

- **Trách nhiệm:** Học sinh có trách nhiệm với bản thân. Có trách nhiệm với môi trường sống. có trách nhiệm hoàn thành nội dung tập luyện.

- **Trung thực:** Học sinh tự giác tham gia đầy đủ các hoạt động học tập và hoàn thiện nhiệm vụ vận động.

# II. Thiết bị dạy học và học liệu.

# *+ Chuấn bị của giáo viên:* Trang phục gọn gàng, Kế hoạch bài dạy, Còi, quả cầu lông, vượt, tranh ảnh*.*

# *+ Chuẩn bị của học sinh:* Trang phục (giày TT), sách giáo khoa phù hợp với tiết học.

**III. Tiến trình dạy và học.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1. Hoạt động 1: Mở đầu (10** phút) | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:** Tiếp nhận ban đầu về nội dung học tập; Hoàn thành LVĐ khởi động  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Học sinh tiếp nhận được về nội dung học tập;  - SP2: Học sinh chuyển được trạng thái cơ thể hoạt động bình thường sang trạng thái vào hoạt động cao hơn. | | | | | | |
| **Nội dung** | | **LVĐ** | **Tổ chức thực hiện** | | | |
| **Hoạt động của Gv** | **Hoạt động của HS** | | |
| \* Nhận lớp. - Kiểm tra sĩ số, dụng cụ, sân tập, hỏi thăm tình hình sức khỏe học sinh.  - Phổ biến nội dung và mục tiêu bài học  **\* Khởi động chung:**  - Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân.  - Xoay các khớp:  ( Cổ tay cổ chân, khớp khuỷu tay, khớp bả vai, khớp hông, khớp gối. )  - Ép dọc ép ngang.  **\* Khởi động CM:**  - Chạy tại chỗ.  - Cúi gập đánh tay .  - Xoay và lắc cổ tay với vượt.  - Suy nghĩ và trả lời câu hỏi sau:  ? Em hãy lên thực di chuyển đơn bước sang phải, sang trái | | 1Vòng  2l x 8n  2l x 8n  1- 2 lần  1- 2 lần  2l x 8n  1 lần | ***Bước 1: GV giao nhiệm vụ:***  -GV nhận lớp, kiểm tra sức khỏe học sinh, phổ biến nội dung và mục tiêu bài học.    - Gv di chuyển, quan sát và chỉ dẫn đôn đốc học sinh.  - Gv dùng tín hiệu còi hoặc vỗ tay nhanh dần điều  - Gv gọi 1 -2 em lên thực hiện.  ***Bước 4: GV kết luận, nhận định:***  - GV GV sử dụng PP trực quan và PP lời nói  (SP1): Đánh giá qua quan sát | ***Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ:***  - Cán sự lớp tập hợp lớp theo đội hình 4 hàng ngang, báo cáo sĩ số.  - HS quan sát, lắng nghe nội dung và mục tiêu giờ học. - Đội hình nhận lớp.- Hs chạy nhẹ nhàng, quan sát địa hình, nghiêm túc. - Cả lớp thực hiện theo nhịp hô của cán sự.  - Đội hình khởi động.    - Cả lớp thực hiện đồng loạt theo hiệu lệnh (tiếng vỗ tay nhanh dần điều của Gv)  - Đội hình khởi động CM    - Học sinh lên thực hiện kĩ thuật động tác  ***Bước 3; Tổ chức báo cáo.***  - Cán sự lớp báo cáo kết quả hoàn thành lượng vận động khởi động.  - Hs nhận xét khả năng thực hiện động tác của bạn. | | |
| **2. Hoạt động 2: Hình thành kiến thức mới (0phút)** | | | | | | |
| **3. Hoạt động 3: Luyện tập (20 phút)** | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Biết một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái  - Học sinh biết kĩ thuật phát cầu thuận tay.  **\* Sản phẩm:**  - Sp1: Thực hiện đúng một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái.  - Sp2: Học sinh thực hiện đúng kĩ thuật phát cầu thuận tay.. | | | | | | |
| \* Thực hiện luyện tập:  - Một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái  - Kĩ thuật phát cầu thuận tay .  . | | **12 phút**  6 - 8Lần | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV hướng dẫn và tổ chức học sinh tập luyện lần lượt các bài tập theo hình thức nhóm đồng loạt, chia nhóm và lưu ý những sai sót thường gặp và cách sửa sai.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí:  + Đạt: Thực hiện được kĩ thuật động tác  + Chưa đạt: Thực hiện chưa đúng kĩ thuật | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - Tập luyện đồng loạt:  + Hs thành 3 - 4 hàng ngang thực hiện 8 - 10 lần các bước di chuyển  + Hs thực hiện mô phỏng không cầu 6 – 8 lần theo hiệu lệnh của giáo viên.  + Đội hình tập luyện bổ trợ,tập không cầu    - Tập luyện nhóm cặp đôi luân phiên.  + 1 học sinh làm nhóm trưởng điều hành lần lượt cho các bạn trong nhóm tập luyện.  +Lần lượt 2 học sinh vào sân thực hiện.  + Đội hình nhóm 1 tập luyện trong sân cầu lông    - Đội hình nhóm 2 tập luyện ngoài sân cầu lông.  x x x x x x  x x x x x x ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - GV mời đại diện một số nhóm mô tả cách thức thực hiện và thực hiện mô phỏng kĩ thuật động tác, sau đó mời các nhóm còn lại nhận xét. | |
| **4. Hoạt động 4: Vận dụng (10phút)** | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biết vận dụng chơi trò chơi.  - Biết kĩ thuật phát cầu thuận tay  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Số được hiệp thực hiện nhanh nhất của 2 đội.  - SP2: Thực hiện đúng kĩ thuật phát cầu thuận tay.. | | | | | | |
| - Thực hiện trò chơi “Thi phát cầu trúng đích  - Suy nghĩ và trả lời câu hỏi sau:  ? Em hãy thực hiện kĩ thuật phát cầu thuận tay. | 3 hiệp  1L | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV chia lớp thành 02 đội bằng nhau. Giáo viên phổ biến nội dung trò chơi, cách chơi luật chơi và tổ chức trò chơi.  - Gv gọi 1 -2 em lên thực hiện.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  - GV đánh giá thông qua kết quả của mỗi đội, đội nào có số hiệp thực hiện nhanh nhất thì xếp trên, tuyên dương và nghe phản hồi từ HS.  - GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí:  - Đạt: Thực hiện được kĩ thuật động tác  - Chưa đạt: Thực hiện chưa đúng kĩ thuật động tác | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS quan sát, lắng nghe và thực hiện trò chơi  - Học sinh chơi trò chơi nhiệt tình đoàn kết.  - Đội hình trò chơi.    - Học sinh lên thực hiện kĩ thuật động tác  ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - HS báo các kết quả thực hiện trò chơi  - Hs nhận xét khả năng thực hiện động tác của bạn. |
| **5. Hoạt động: Kết thúc (5phút)** | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biêt cách đưa cơ thể về trạng thái ban đầu.  - Học sinh biêt cách định hướng tự học và luyện tập ở nhà  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Cơ thể được hồi phục sau luyện tập.  - SP2: Phẩm chất, năng lực hình thành ở HS. | | | | | | |
| **\* Hồi tĩnh:**  - Thả lỏng cơ toàn thân  (nên sử dụng âm nhạc làm nền khi học sinh thả lỏng)  **\* Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà:**  - Ưu điểm; Hạn chế cần khắc phục  **\* Xuống lớp:** | 3 phút  2 phút | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - Hướng dẫn HS thực hiện thả lỏng; nhận xét giờ học  - Hướng dẫn HS sử dụng SGK để tự tập luyện (buổi học sau mời 1 - 2 HS thực hiện kĩ thuật động tác). | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh  - HS chú ý lắng nghe.  - HS tiếp nhận bài tập của GV: Tự tập luyện ngoài giờ, các tình huống vận dụng. |

* Rút kinh nghiệm:

|  |  |
| --- | --- |
| ……………………………………….. | Kí duyệt, |
| ……………………………………….. |  |

Ngày soạn:4/10/2023

Ngày dạy:

**Tiết 12 - Bài 1: Bài tập bổ trợ kĩ thuật; Kĩ thuật phát cầu thuận tay.**

- Một số bài tập bổ trở; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái.

- Ôn tập kĩ thuật phát cầu thuận tay.

- Một số điều luật trong thi đấu cầu lông

- Trò chơi: Chạy trao vượt tiếp sức.

**I. Mục tiêu bài học**

# 1. Về kiến thức:

- Học sinh biết và thực hiện được một số bài tập bổ trợ; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái biết và thực hiện đúng kĩ thuật phát cầu thuận tay; Một số điều luật trong thi đấu cầu lông; Trò chơi: Chạy trao vượt tiếp sức.

**2. Về năng lực:**

# 2.1 Năng lực đặc thù.

- **Năng lực vận động cơ bản:** Học sinh thực hiện được một số bài tập bổ trợ ; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái ; biết và thực hiện được kĩ thuật phát cầu thuận tay.

- **Năng lực hoạt động TDTT**: Học sinh lựa chọn được và thường xuyên tập luyện nội dung bài học phù hợp để nâng cao sức khoẻ. Học sinh tham gia tốt trò chơi.

**2.2 Năng lực chung.**

- **Năng lực tự chủ và tự học:** Học sinh có ý thức chủ động trong tập luyện, học tập, biết xem tranh ảnh trong sách giáo khoa phục vụ ND bài học, tự điều chỉnh tình cảm thái độ, hành vi của bản thân.

- **Năng lực giao tiếp và hợp tác**: Có ý thức lắng nghe, phản hồi tích cực trong quá trình học tập, xác định được mục đích nội dung, phương tiện, và thái độ giao tiếp, xác định được mục đích và phương thức hợp tác. Học sinh trình bày được sản phẩm học tập tương tác và hợp tác với bạn học.

- **Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo**:Học sinh thực hiện được các nhiệm vụ học tập, bài tập và trò chơi vận động theo yêu cầu của giáo viên.

**3. Về phẩm chất.**

- **Chăm chỉ:** Học sinh chủ động hoàn thành lượng vận động của bài tập, tích cực tham gia trò chơi vận động, luôn có ý thúc vươn lên đạt kết quả tốt trong học tập.

- **Nhân ái:** Học sinh có ý thức tôn trọng ý kiến của các thành viên trong nhóm khi hợp tác, gúp đỡ lẫn nhau trong khi tập luyện. Yêu quý và tôn trọng sự khác biệt giữa mọi người,

- **Trách nhiệm:** Học sinh có trách nhiệm với bản thân. Có trách nhiệm với môi trường sống. có trách nhiệm hoàn thành nội dung tập luyện.

- **Trung thực:** Học sinh tự giác tham gia đầy đủ các hoạt động học tập và hoàn thiện nhiệm vụ vận động.

# II. Thiết bị dạy học và học liệu.

# *+ Chuấn bị của giáo viên:* Trang phục gọn gàng, Kế hoạch bài dạy, Còi, quả cầu lông, vượt, tranh ảnh*.*

# *+ Chuẩn bị của học sinh:* Trang phục (giày TT), sách giáo khoa phù hợp với tiết học.

**III. Tiến trình dạy và học.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1. Hoạt động 1: Mở đầu (10** phút) | | | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:** Tiếp nhận ban đầu về nội dung học tập; Hoàn thành LVĐ khởi động  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Học sinh tiếp nhận được về nội dung học tập;  - SP2: Học sinh chuyển được trạng thái cơ thể hoạt động bình thường sang trạng thái vào hoạt động cao hơn. | | | | | | | | |
| **Nội dung** | | **LVĐ** | | **Tổ chức thực hiện** | | | | |
| **Hoạt động của Gv** | **Hoạt động của HS** | | | |
| \* Nhận lớp. - Kiểm tra sĩ số, dụng cụ, sân tập, hỏi thăm tình hình sức khỏe học sinh.  - Phổ biến nội dung và mục tiêu bài học  **\* Khởi động chung:**  - Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân.  - Xoay các khớp:  ( Cổ tay cổ chân, khớp khuỷu tay, khớp bả vai, khớp hông, khớp gối. )  - Ép dọc ép ngang.  **\* Khởi động CM:**  - Chạy tại chỗ.  - Cúi gập đánh tay .  - Xoay và lắc cổ tay với vượt.  - Suy nghĩ và trả lời câu hỏi sau:  ? Em hãy lên thực di chuyển đơn bước sang phải, sang trái | | 1Vòng  2l x 8n  2l x 8n  1- 2 lần  1- 2 lần  2l x 8n  1 lần | | ***Bước 1: GV giao nhiệm vụ:***  -GV nhận lớp, kiểm tra sức khỏe học sinh, phổ biến nội dung và mục tiêu bài học.    - Gv di chuyển, quan sát và chỉ dẫn đôn đốc học sinh.  - Gv dùng tín hiệu còi hoặc vỗ tay nhanh dần điều  - Gv gọi 1 -2 em lên thực hiện.  ***Bước 4: GV kết luận, nhận định:***  - GV GV sử dụng PP trực quan và PP lời nói  (SP1): Đánh giá qua quan sát | ***Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ:***  - Cán sự lớp tập hợp lớp theo đội hình 4 hàng ngang, báo cáo sĩ số.  - HS quan sát, lắng nghe nội dung và mục tiêu giờ học. - Đội hình nhận lớp.- Hs chạy nhẹ nhàng, quan sát địa hình, nghiêm túc. - Cả lớp thực hiện theo nhịp hô của cán sự.  - Đội hình khởi động.    - Cả lớp thực hiện đồng loạt theo hiệu lệnh (tiếng vỗ tay nhanh dần điều của Gv)  - Đội hình khởi động CM    - Học sinh lên thực hiện kĩ thuật động tác  ***Bước 3; Tổ chức báo cáo.***  - Cán sự lớp báo cáo kết quả hoàn thành lượng vận động khởi động.  - Hs nhận xét khả năng thực hiện động tác của bạn. | | | |
| **2. Hoạt động 2: Hình thành kiến thức mới (8 phút)** | | | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Bước đầu học sinh biết một số điều luật trong thi đấu cầu lông  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Học sinh nhớ được số điều luật trong thi đấu cầu lông | | | | | | | | |
| - Nghiên cứu sgk và trình bày một số điều luật trong thi đấu cầu lông | | 8p | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV Chia lớp thành 04 nhóm, phát tranh kĩ thuật động tác cho các nhóm tự nghiên cứu và tập mô phỏng kĩ thuật động tác  - GV làm mẫu, phân tích kỹ thuật và hướng dẫn cả lớp thực hiện mô phỏng; kết hợp với quan sát và sửa sai.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  - GV nhận xét, đánh giá về mức độ tiếp thu kiến thức, kỹ năng của HS.  - GV đánh giá bằng PP hỏi đáp, công cụ tiêu chí cho theo 2 mức  + Đạt: Trình bày được số điều luật trong thi đấu cầu lông  + Chưa đạt: chưa trình bày được một số điều luật trong thi đấu cầu lông | | | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - Nhóm trưởng điều hành HS trong nhóm xem sgk, thảo luận  - Học sinh chủ động hợp tác trao đổi ý kiến.  - HS lắng nghe,ghi nhớ.  - Học sinh trình bày  ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - GV mời đại diện một số nhóm lên trình bày sau đó mời các nhóm còn lại nhận xét. |
| **3. Hoạt động 3: Luyện tập (12 phút)** | | | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Biết một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái  - Học sinh biết kĩ thuật phát cầu thuận tay.  **\* Sản phẩm:**  - Sp1: Thực hiện đúng một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái.  - Sp2: Học sinh thực hiện đúng kĩ thuật phát cầu thuận tay.. | | | | | | | | |
| \* Thực hiện luyện tập:  - Một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái  - Kĩ thuật phát cầu thuận tay .  . | | **12 phút**  6 - 8Lần | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV hướng dẫn và tổ chức học sinh tập luyện lần lượt các bài tập theo hình thức nhóm đồng loạt, chia nhóm và lưu ý những sai sót thường gặp và cách sửa sai.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí:  + Đạt: Thực hiện được kĩ thuật động tác  + Chưa đạt: Thực hiện chưa đúng kĩ thuật | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - Tập luyện đồng loạt:  + Hs thành 3 - 4 hàng ngang thực hiện 8 - 10 lần các bước di chuyển  + Hs thực hiện mô phỏng không cầu 6 – 8 lần theo hiệu lệnh của giáo viên.  + Đội hình tập luyện bổ trợ,tập không cầu    - Tập luyện nhóm cặp đôi luân phiên.  + 1 học sinh làm nhóm trưởng điều hành lần lượt cho các bạn trong nhóm tập luyện.  +Lần lượt 2 học sinh vào sân thực hiện.  + Đội hình nhóm 1 tập luyện trong sân cầu lông    - Đội hình nhóm 2 tập luyện ngoài sân cầu lông.  x x x x x x  x x x x x x ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo*** | | |
| **4. Hoạt động 4: Vận dụng (10phút)** | | | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biết vận dụng chơi trò chơi.  - Biết kĩ thuật phát cầu thuận tay  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Số được hiệp thực hiện nhanh nhất của 2 đội.  - SP2: Thực hiện đúng kĩ thuật phát cầu thuận tay.. | | | | | | | | |
| - Thực hiện trò chơi “Chạy trao vượt tiếp sức’’  - Suy nghĩ và trả lời câu hỏi sau:  ? Em hãy thực hiện kĩ thuật phát cầu thuận tay. | 3 hiệp  1L | | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV chia lớp thành 02 đội bằng nhau. Giáo viên phổ biến nội dung trò chơi, cách chơi luật chơi và tổ chức trò chơi.  - Gv gọi 1 -2 em lên thực hiện.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  - GV đánh giá thông qua kết quả của mỗi đội, đội nào có số hiệp thực hiện nhanh nhất thì xếp trên, tuyên dương và nghe phản hồi từ HS.  - GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí:  - Đạt:  - Chưa đạt: | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS quan sát, lắng nghe và thực hiện trò chơi  - Học sinh chơi trò chơi nhiệt tình đoàn kết.  - Đội hình trò chơi.  Description: a28  - Học sinh lên thực hiện kĩ thuật động tác  ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - HS báo các kết quả thực hiện trò chơi | |
| **5. Hoạt động: Kết thúc (5phút)** | | | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biêt cách đưa cơ thể về trạng thái ban đầu.  - Học sinh biêt cách định hướng tự học và luyện tập ở nhà  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Cơ thể được hồi phục sau luyện tập.  - SP2: Phẩm chất, năng lực hình thành ở HS. | | | | | | | | |
| **\* Hồi tĩnh:**  - Thả lỏng cơ toàn thân  **\* Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà:**  - Ưu điểm; Hạn chế cần khắc phục  **\* Xuống lớp:** | 3 phút  2 phút | | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - Hướng dẫn HS thực hiện thả lỏng; nhận xét giờ học  - Hướng dẫn HS sử dụng SGK để tự tập luyện (buổi học sau mời 1 - 2 HS thực hiện kĩ thuật động tác). | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh  - HS chú ý lắng nghe.  - HS tiếp nhận bài tập của GV | |

Rút kinh nghiệm:

|  |  |
| --- | --- |
| ……………………………………….. | Kí duyệt, |
| ……………………………………….. |  |

Ngày soạn: 11/10/2023

Ngày dạy:

**TTTC: CẦU LÔNG**

**Tiết 13** **Bài 1: Bài tập bổ trợ kĩ thuật; Kĩ thuật phát cầu thuận tay.**

- Một số bài tập bổ trở; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái.

- Ôn tập kĩ thuật phát cầu thuận tay

- Trò chơi: Dành cầu

**I. Mục tiêu bài học**

# 1. Về kiến thức:

- Học sinh biết và thực hiện được một số bài tập bổ trợ; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái biết và thực hiện đúng kĩ thuật phát cầu thuận tay; Trò chơi: Dành cầu.

**2. Về năng lực:**

# 2.1 Năng lực đặc thù.

- **Năng lực vận động cơ bản:** Học sinh thực hiện được một số bài tập bổ trợ ; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái ; biết và thực hiện được kĩ thuật phát cầu thuận tay

- **Năng lực hoạt động TDTT**: Học sinh lựa chọn được và thường xuyên tập luyện nội dung bài học phù hợp để nâng cao sức khoẻ. Học sinh tham gia tốt trò chơi.

**2.2 Năng lực chung.**

- **Năng lực tự chủ và tự học:** Học sinh có ý thức chủ động trong tập luyện, học tập, biết xem tranh ảnh trong sách giáo khoa phục vụ ND bài học, tự điều chỉnh tình cảm thái độ, hành vi của bản thân.

- **Năng lực giao tiếp và hợp tác**: Có ý thức lắng nghe, phản hồi tích cực trong quá trình học tập, xác định được mục đích nội dung, phương tiện, và thái độ giao tiếp, xác định được mục đích và phương thức hợp tác. Học sinh trình bày được sản phẩm học tập tương tác và hợp tác với bạn học.

- **Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo**:Học sinh thực hiện được các nhiệm vụ học tập, bài tập và trò chơi vận động theo yêu cầu của giáo viên.

**3. Về phẩm chất.**

- **Chăm chỉ:** Học sinh chủ động hoàn thành lượng vận động của bài tập, tích cực tham gia trò chơi vận động, luôn có ý thúc vươn lên đạt kết quả tốt trong học tập.

- **Nhân ái:** Học sinh có ý thức tôn trọng ý kiến của các thành viên trong nhóm khi hợp tác, gúp đỡ lẫn nhau trong khi tập luyện. Yêu quý và tôn trọng sự khác biệt giữa mọi người,

- **Trách nhiệm:** Học sinh có trách nhiệm với bản thân. Có trách nhiệm với môi trường sống. có trách nhiệm hoàn thành nội dung tập luyện.

- **Trung thực:** Học sinh tự giác tham gia đầy đủ các hoạt động học tập và hoàn thiện nhiệm vụ vận động.

# II. Thiết bị dạy học và học liệu.

# *+ Chuấn bị của giáo viên:* Trang phục gọn gàng, Kế hoạch bài dạy, Còi, quả cầu lông, vượt, tranh ảnh*.*

# *+ Chuẩn bị của học sinh:* Trang phục (giày TT), sách giáo khoa phù hợp với tiết học.

**III. Tiến trình dạy và học.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1. Hoạt động 1: Mở đầu (10** phút) | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:** Tiếp nhận ban đầu về nội dung học tập; Hoàn thành LVĐ khởi động  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Học sinh tiếp nhận được về nội dung học tập;  - SP2: Học sinh chuyển được trạng thái cơ thể hoạt động bình thường sang trạng thái vào hoạt động cao hơn. | | | | | | |
| **Nội dung** | | **LVĐ** | **Tổ chức thực hiện** | | | |
| **Hoạt động của Gv** | **Hoạt động của HS** | | |
| \* Nhận lớp. - Kiểm tra sĩ số, dụng cụ, sân tập, hỏi thăm tình hình sức khỏe học sinh.  - Phổ biến nội dung và mục tiêu bài học  **\* Khởi động chung:**  - Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân.  - Xoay các khớp:  ( Cổ tay cổ chân, khớp khuỷu tay, khớp bả vai, khớp hông, khớp gối. )  - Ép dọc ép ngang.  **\* Khởi động CM:**  - Chạy tại chỗ.  - Cúi gập đánh tay .  - Xoay và lắc cổ tay với vượt.  - Suy nghĩ và trả lời câu hỏi sau:  ? Em hãy lên thực kĩ thuật phát cầu thuận tay | | 1Vòng  2l x 8n  2l x 8n  1- 2 lần  1- 2 lần  2l x 8n  1 lần | ***Bước 1: GV giao nhiệm vụ:***  -GV nhận lớp, kiểm tra sức khỏe học sinh, phổ biến nội dung và mục tiêu bài học.    - Gv di chuyển, quan sát và chỉ dẫn đôn đốc học sinh.  - Gv dùng tín hiệu còi hoặc vỗ tay nhanh dần điều  - Gv gọi 1 -2 em lên thực hiện.  ***Bước 4: GV kết luận, nhận định:***  - GV GV sử dụng PP trực quan và PP lời nói  (SP1): Đánh giá qua quan sát | ***Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ:***  - Cán sự lớp tập hợp lớp theo đội hình 4 hàng ngang, báo cáo sĩ số.  - HS quan sát, lắng nghe nội dung và mục tiêu giờ học. - Đội hình nhận lớp.- Hs chạy nhẹ nhàng, quan sát địa hình, nghiêm túc. - Cả lớp thực hiện theo nhịp hô của cán sự.  - Đội hình khởi động.    - Cả lớp thực hiện đồng loạt theo hiệu lệnh (tiếng vỗ tay nhanh dần điều của Gv)  - Đội hình khởi động CM    - Học sinh lên thực hiện kĩ thuật động tác  ***Bước 3; Tổ chức báo cáo.***  - Cán sự lớp báo cáo kết quả hoàn thành lượng vận động khởi động.  - Hs nhận xét khả năng thực hiện động tác của bạn. | | |
| **2. Hoạt động 2: Hình thành kiến thức mới (0phút)** | | | | | | |
| **3. Hoạt động 3: Luyện tập (20 phút)** | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Biết một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái  - Học sinh biết kĩ thuật phát cầu thuận tay.  **\* Sản phẩm:**  - Sp1: Thực hiện đúng một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái.  - Sp2: Học sinh thực hiện đúng kĩ thuật phát cầu thuận tay.. | | | | | | |
| \* Thực hiện luyện tập:  - Một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái  - Kĩ thuật phát cầu thuận tay .  . | | 6 - 8Lần | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV hướng dẫn và tổ chức học sinh tập luyện lần lượt các bài tập theo hình thức nhóm đồng loạt, chia nhóm và lưu ý những sai sót thường gặp và cách sửa sai.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí:  + Đạt: Thực hiện được kĩ thuật động tác  + Chưa đạt: Thực hiện chưa đúng kĩ thuật | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - Tập luyện đồng loạt:  + Hs thành 3 - 4 hàng ngang thực hiện 8 - 10 lần các bước di chuyển  + Hs thực hiện mô phỏng không cầu 6 – 8 lần theo hiệu lệnh của giáo viên.  + Đội hình tập luyện bổ trợ,tập không cầu    - Tập luyện nhóm cặp đôi luân phiên.  + 1 học sinh làm nhóm trưởng điều hành lần lượt cho các bạn trong nhóm tập luyện.  +Lần lượt 2 học sinh vào sân thực hiện.  + Đội hình nhóm 1 tập luyện trong sân cầu lông    - Đội hình nhóm 2 tập luyện ngoài sân cầu lông.  x x x x x x  x x x x x x ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - GV mời đại diện một số nhóm mô tả cách thức thực hiện và thực hiện mô phỏng kĩ thuật động tác, sau đó mời các nhóm còn lại nhận xét. | |
| **4. Hoạt động 4: Vận dụng (10phút)** | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biết vận dụng chơi trò chơi.  - Biết kĩ thuật phát cầu thuận tay  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Số được hiệp thực hiện nhanh nhất của 2 đội.  - SP2: Thực hiện đúng kĩ thuật phát cầu thuận tay.. | | | | | | |
| - Thực hiện trò chơi “Dành cầu’’  - Suy nghĩ và trả lời câu hỏi sau:  ? Em hãy thực hiện kĩ thuật phát cầu thuận tay. | 3 hiệp  1L | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV chia lớp thành 02 đội bằng nhau. Giáo viên phổ biến nội dung trò chơi, cách chơi luật chơi và tổ chức trò chơi.  - Gv gọi 1 -2 em lên thực hiện.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  - GV đánh giá thông qua kết quả của mỗi đội, đội nào có số hiệp thực hiện nhanh nhất thì xếp trên, tuyên dương và nghe phản hồi từ HS.  - GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí:  - Đạt: Thực hiện được kĩ thuật động tác  - Chưa đạt: Thực hiện chưa đúng kĩ thuật động tác | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS quan sát, lắng nghe và thực hiện trò chơi  - Học sinh chơi trò chơi nhiệt tình đoàn kết.  - Đội hình trò chơi.    - Học sinh lên thực hiện kĩ thuật động tác  ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - HS báo các kết quả thực hiện trò chơi  - Hs nhận xét khả năng thực hiện động tác của bạn. |
| **5. Hoạt động: Kết thúc (5phút)** | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biêt cách đưa cơ thể về trạng thái ban đầu.  - Học sinh biêt cách định hướng tự học và luyện tập ở nhà  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Cơ thể được hồi phục sau luyện tập.  - SP2: Phẩm chất, năng lực hình thành ở HS. | | | | | | |
| **\* Hồi tĩnh:**  - Thả lỏng cơ toàn thân  (nên sử dụng âm nhạc làm nền khi học sinh thả lỏng)  **\* Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà:**  - Ưu điểm; Hạn chế cần khắc phục  **\* Xuống lớp:** | 3 phút  2 phút | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - Hướng dẫn HS thực hiện thả lỏng; nhận xét giờ học  - Hướng dẫn HS sử dụng SGK để tự tập luyện (buổi học sau mời 1 - 2 HS thực hiện kĩ thuật động tác). | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh  - HS chú ý lắng nghe.  - HS tiếp nhận bài tập của GV: Tự tập luyện ngoài giờ, các tình huống vận dụng. |

* Rút kinh nghiệm:

|  |  |
| --- | --- |
| ……………………………………….. | Kí duyệt, 13/10/2022 |
| ……………………………………….. |  |

Ngày soạn: 11/10/2023

Ngày dạy:

**Tiết 14** - **Bài 1: Bài tập bổ trợ kĩ thuật; Kĩ thuật phát cầu thuận tay.**

- Một số bài tập bổ trở; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái.

- Ôn tập kĩ thuật phát cầu thuận tay

- Trò chơi: Dành cầu

**I. Mục tiêu bài học**

# 1. Về kiến thức:

- Học sinh biết và thực hiện được một số bài tập bổ trợ; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái biết và thực hiện đúng kĩ thuật phát cầu thuận tay; Trò chơi: Dành cầu.

**2. Về năng lực:**

# 2.1 Năng lực đặc thù.

- **Năng lực vận động cơ bản:** Học sinh thực hiện được một số bài tập bổ trợ ; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái ; biết và thực hiện được kĩ thuật phát cầu thuận tay.

- **Năng lực hoạt động TDTT**: Học sinh lựa chọn được và thường xuyên tập luyện nội dung bài học phù hợp để nâng cao sức khoẻ. Học sinh tham gia tốt trò chơi.

**2.2 Năng lực chung.**

- **Năng lực tự chủ và tự học:** Học sinh có ý thức chủ động trong tập luyện, học tập, biết xem tranh ảnh trong sách giáo khoa phục vụ ND bài học, tự điều chỉnh tình cảm thái độ, hành vi của bản thân.

- **Năng lực giao tiếp và hợp tác**: Có ý thức lắng nghe, phản hồi tích cực trong quá trình học tập, xác định được mục đích nội dung, phương tiện, và thái độ giao tiếp, xác định được mục đích và phương thức hợp tác. Học sinh trình bày được sản phẩm học tập tương tác và hợp tác với bạn học.

- **Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo**:Học sinh thực hiện được các nhiệm vụ học tập, bài tập và trò chơi vận động theo yêu cầu của giáo viên.

**3. Về phẩm chất.**

- **Chăm chỉ:** Học sinh chủ động hoàn thành lượng vận động của bài tập, tích cực tham gia trò chơi vận động, luôn có ý thúc vươn lên đạt kết quả tốt trong học tập.

- **Nhân ái:** Học sinh có ý thức tôn trọng ý kiến của các thành viên trong nhóm khi hợp tác, gúp đỡ lẫn nhau trong khi tập luyện. Yêu quý và tôn trọng sự khác biệt giữa mọi người,

- **Trách nhiệm:** Học sinh có trách nhiệm với bản thân. Có trách nhiệm với môi trường sống. có trách nhiệm hoàn thành nội dung tập luyện.

- **Trung thực:** Học sinh tự giác tham gia đầy đủ các hoạt động học tập và hoàn thiện nhiệm vụ vận động.

# II. Thiết bị dạy học và học liệu.

# *+ Chuấn bị của giáo viên:* Trang phục gọn gàng, Kế hoạch bài dạy, Còi, quả cầu lông, vượt, tranh ảnh*.*

# *+ Chuẩn bị của học sinh:* Trang phục (giày TT), sách giáo khoa phù hợp với tiết học.

**III. Tiến trình dạy và học.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1. Hoạt động 1: Mở đầu (10** phút) | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:** Tiếp nhận ban đầu về nội dung học tập; Hoàn thành LVĐ khởi động  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Học sinh tiếp nhận được về nội dung học tập;  - SP2: Học sinh chuyển được trạng thái cơ thể hoạt động bình thường sang trạng thái vào hoạt động cao hơn. | | | | | | |
| **Nội dung** | | **LVĐ** | **Tổ chức thực hiện** | | | |
| **Hoạt động của Gv** | **Hoạt động của HS** | | |
| \* Nhận lớp. - Kiểm tra sĩ số, dụng cụ, sân tập, hỏi thăm tình hình sức khỏe học sinh.  - Phổ biến nội dung và mục tiêu bài học  **\* Khởi động chung:**  - Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân.  - Xoay các khớp:  ( Cổ tay cổ chân, khớp khuỷu tay, khớp bả vai, khớp hông, khớp gối. )  - Ép dọc ép ngang.  **\* Khởi động CM:**  - Chạy tại chỗ.  - Cúi gập đánh tay .  - Xoay và lắc cổ tay với vượt.  - Suy nghĩ và trả lời câu hỏi sau:  ? Em hãy lên thực kĩ thuật phát cầu thuận tay | | 1Vòng  2l x 8n  2l x 8n  1- 2 lần  1- 2 lần  2l x 8n  1 lần | ***Bước 1: GV giao nhiệm vụ:***  -GV nhận lớp, kiểm tra sức khỏe học sinh, phổ biến nội dung và mục tiêu bài học.    - Gv di chuyển, quan sát và chỉ dẫn đôn đốc học sinh.  - Gv dùng tín hiệu còi hoặc vỗ tay nhanh dần điều  - Gv gọi 1 -2 em lên thực hiện.  ***Bước 4: GV kết luận, nhận định:***  - GV GV sử dụng PP trực quan và PP lời nói  (SP1): Đánh giá qua quan sát | ***Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ:***  - Cán sự lớp tập hợp lớp theo đội hình 4 hàng ngang, báo cáo sĩ số.  - HS quan sát, lắng nghe nội dung và mục tiêu giờ học. - Đội hình nhận lớp.- Hs chạy nhẹ nhàng, quan sát địa hình, nghiêm túc. - Cả lớp thực hiện theo nhịp hô của cán sự.  - Đội hình khởi động.    - Cả lớp thực hiện đồng loạt theo hiệu lệnh (tiếng vỗ tay nhanh dần điều của Gv)  - Đội hình khởi động CM    - Học sinh lên thực hiện kĩ thuật động tác  ***Bước 3; Tổ chức báo cáo.***  - Cán sự lớp báo cáo kết quả hoàn thành lượng vận động khởi động.  - Hs nhận xét khả năng thực hiện động tác của bạn. | | |
| **2. Hoạt động 2: Hình thành kiến thức mới (0phút)** | | | | | | |
| **3. Hoạt động 3: Luyện tập (20 phút)** | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Biết một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái  - Học sinh biết kĩ thuật phát cầu thuận tay.  **\* Sản phẩm:**  - Sp1: Thực hiện đúng một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái.  - Sp2: Học sinh thực hiện đúng kĩ thuật phát cầu thuận tay.. | | | | | | |
| \* Thực hiện luyện tập:  - Một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái  - Kĩ thuật phát cầu thuận tay .  . | | 6 - 8Lần | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV hướng dẫn và tổ chức học sinh tập luyện lần lượt các bài tập theo hình thức nhóm đồng loạt, chia nhóm và lưu ý những sai sót thường gặp và cách sửa sai.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí:  + Đạt: Thực hiện được kĩ thuật động tác  + Chưa đạt: Thực hiện chưa đúng kĩ thuật | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - Tập luyện đồng loạt:  + Hs thành 3 - 4 hàng ngang thực hiện 8 - 10 lần các bước di chuyển  + Hs thực hiện mô phỏng không cầu 6 – 8 lần theo hiệu lệnh của giáo viên.  + Đội hình tập luyện bổ trợ,tập không cầu    - Tập luyện nhóm cặp đôi luân phiên.  + 1 học sinh làm nhóm trưởng điều hành lần lượt cho các bạn trong nhóm tập luyện.  +Lần lượt 2 học sinh vào sân thực hiện.  + Đội hình nhóm 1 tập luyện trong sân cầu lông    - Đội hình nhóm 2 tập luyện ngoài sân cầu lông.  x x x x x x  x x x x x x ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - GV mời đại diện một số nhóm mô tả cách thức thực hiện và thực hiện mô phỏng kĩ thuật động tác, sau đó mời các nhóm còn lại nhận xét. | |
| **4. Hoạt động 4: Vận dụng (10phút)** | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biết vận dụng chơi trò chơi.  - Biết kĩ thuật phát cầu thuận tay  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Số được hiệp thực hiện nhanh nhất của 2 đội.  - SP2: Thực hiện đúng kĩ thuật phát cầu thuận tay.. | | | | | | |
| - Thực hiện trò chơi “Dành cầu’’  - Suy nghĩ và trả lời câu hỏi sau:  ? Em hãy thực hiện kĩ thuật phát cầu thuận tay. | 3 hiệp  1L | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV chia lớp thành 02 đội bằng nhau. Giáo viên phổ biến nội dung trò chơi, cách chơi luật chơi và tổ chức trò chơi.  - Gv gọi 1 -2 em lên thực hiện.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  - GV đánh giá thông qua kết quả của mỗi đội, đội nào có số hiệp thực hiện nhanh nhất thì xếp trên, tuyên dương và nghe phản hồi từ HS.  - GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí:  - Đạt: Thực hiện được kĩ thuật động tác  - Chưa đạt: Thực hiện chưa đúng kĩ thuật động tác | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS quan sát, lắng nghe và thực hiện trò chơi  - Học sinh chơi trò chơi nhiệt tình đoàn kết.  - Đội hình trò chơi.    - Học sinh lên thực hiện kĩ thuật động tác  ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - HS báo các kết quả thực hiện trò chơi  - Hs nhận xét khả năng thực hiện động tác của bạn. |
| **5. Hoạt động: Kết thúc (5phút)** | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biêt cách đưa cơ thể về trạng thái ban đầu.  - Học sinh biêt cách định hướng tự học và luyện tập ở nhà  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Cơ thể được hồi phục sau luyện tập.  - SP2: Phẩm chất, năng lực hình thành ở HS. | | | | | | |
| **\* Hồi tĩnh:**  - Thả lỏng cơ toàn thân  (nên sử dụng âm nhạc làm nền khi học sinh thả lỏng)  **\* Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà:**  - Ưu điểm; Hạn chế cần khắc phục  - Hướng dẫn tập luyện ở nhà  **\* Xuống lớp:** | 3 phút  2 phút | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - Hướng dẫn HS thực hiện thả lỏng; nhận xét giờ học  - Hướng dẫn HS sử dụng SGK để tự tập luyện (buổi học sau mời 1 - 2 HS thực hiện kĩ thuật động tác). | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh  - HS chú ý lắng nghe.  - HS tiếp nhận bài tập của GV: Tự tập luyện ngoài giờ, các tình huống vận dụng. |

* Rút kinh nghiệm:

|  |  |
| --- | --- |
| ……………………………………….. | Kí duyệt, |
| ……………………………………….. |  |

Ngày soạn: 18/10/2023

Ngày dạy:

**Tiết 15** -**Bài 1: Bài tập bổ trợ kĩ thuật; Kĩ thuật phát cầu thuận tay.**

- Một số bài tập bổ trở; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái.

- Ôn tập kĩ thuật phát cầu thuận tay

- Trò chơi: Bật nhảy bằng 2 chân đến đích

**I. Mục tiêu bài học**

# 1. Về kiến thức:

- Học sinh biết và thực hiện được một số bài tập bổ trợ; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái biết và thực hiện đúng kĩ thuật phát cầu thuận tay; Trò chơi: Bật nhảy bằng 2 chân đến đích.

**2. Về năng lực:**

# 2.1 Năng lực đặc thù.

- **Năng lực vận động cơ bản:** Học sinh thực hiện được một số bài tập bổ trợ ; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái ; biết và thực hiện được kĩ thuật phát cầu thuận tay

- **Năng lực hoạt động TDTT**: Học sinh lựa chọn được và thường xuyên tập luyện nội dung bài học phù hợp để nâng cao sức khoẻ. Học sinh tham gia tốt trò chơi.

**2.2 Năng lực chung.**

- **Năng lực tự chủ và tự học:** Học sinh có ý thức chủ động trong tập luyện, học tập, biết xem tranh ảnh trong sách giáo khoa phục vụ ND bài học, tự điều chỉnh tình cảm thái độ, hành vi của bản thân.

- **Năng lực giao tiếp và hợp tác**: Có ý thức lắng nghe, phản hồi tích cực trong quá trình học tập, xác định được mục đích nội dung, phương tiện, và thái độ giao tiếp, xác định được mục đích và phương thức hợp tác. Học sinh trình bày được sản phẩm học tập tương tác và hợp tác với bạn học.

- **Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo**:Học sinh thực hiện được các nhiệm vụ học tập, bài tập và trò chơi vận động theo yêu cầu của giáo viên.

**3. Về phẩm chất.**

- **Chăm chỉ:** Học sinh chủ động hoàn thành lượng vận động của bài tập, tích cực tham gia trò chơi vận động, luôn có ý thúc vươn lên đạt kết quả tốt trong học tập.

- **Nhân ái:** Học sinh có ý thức tôn trọng ý kiến của các thành viên trong nhóm khi hợp tác, gúp đỡ lẫn nhau trong khi tập luyện. Yêu quý và tôn trọng sự khác biệt giữa mọi người,

- **Trách nhiệm:** Học sinh có trách nhiệm với bản thân. Có trách nhiệm với môi trường sống. có trách nhiệm hoàn thành nội dung tập luyện.

- **Trung thực:** Học sinh tự giác tham gia đầy đủ các hoạt động học tập và hoàn thiện nhiệm vụ vận động.

# II. Thiết bị dạy học và học liệu.

# *+ Chuấn bị của giáo viên:* Trang phục gọn gàng, Kế hoạch bài dạy, Còi, quả cầu lông, vượt, tranh ảnh*.*

# *+ Chuẩn bị của học sinh:* Trang phục (giày TT), sách giáo khoa phù hợp với tiết học.

**III. Tiến trình dạy và học.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1. Hoạt động 1: Mở đầu (10** phút) | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:** Tiếp nhận ban đầu về nội dung học tập; Hoàn thành LVĐ khởi động  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Học sinh tiếp nhận được về nội dung học tập;  - SP2: Học sinh chuyển được trạng thái cơ thể hoạt động bình thường sang trạng thái vào hoạt động cao hơn. | | | | | | |
| **Nội dung** | | **LVĐ** | **Tổ chức thực hiện** | | | |
| **Hoạt động của Gv** | **Hoạt động của HS** | | |
| \* Nhận lớp. - Kiểm tra sĩ số, dụng cụ, sân tập, hỏi thăm tình hình sức khỏe học sinh.  - Phổ biến nội dung và mục tiêu bài học  **\* Khởi động chung:**  - Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân.  - Xoay các khớp:  ( Cổ tay cổ chân, khớp khuỷu tay, khớp bả vai, khớp hông, khớp gối. )  - Ép dọc ép ngang.  **\* Khởi động CM:**  - Chạy tại chỗ.  - Cúi gập đánh tay .  - Xoay và lắc cổ tay với vượt.  - Suy nghĩ và trả lời câu hỏi sau:  ? Em hãy lên thực kĩ thuật phát cầu thuận tay | | 1Vòng  2l x 8n  2l x 8n  1- 2 lần  1- 2 lần  2l x 8n  1 lần | ***Bước 1: GV giao nhiệm vụ:***  -GV nhận lớp, kiểm tra sức khỏe học sinh, phổ biến nội dung và mục tiêu bài học.    - Gv di chuyển, quan sát và chỉ dẫn đôn đốc học sinh.  - Gv dùng tín hiệu còi hoặc vỗ tay nhanh dần điều  - Gv gọi 1 -2 em lên thực hiện.  ***Bước 4: GV kết luận, nhận định:***  - GV GV sử dụng PP trực quan và PP lời nói  (SP1): Đánh giá qua quan sát | ***Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ:***  - Cán sự lớp tập hợp lớp theo đội hình 4 hàng ngang, báo cáo sĩ số.  - HS quan sát, lắng nghe nội dung và mục tiêu giờ học. - Đội hình nhận lớp.- Hs chạy nhẹ nhàng, quan sát địa hình, nghiêm túc. - Cả lớp thực hiện theo nhịp hô của cán sự.  - Đội hình khởi động.    - Cả lớp thực hiện đồng loạt theo hiệu lệnh (tiếng vỗ tay nhanh dần điều của Gv)  - Đội hình khởi động CM    - Học sinh lên thực hiện kĩ thuật động tác  ***Bước 3; Tổ chức báo cáo.***  - Cán sự lớp báo cáo kết quả hoàn thành lượng vận động khởi động.  - Hs nhận xét khả năng thực hiện động tác của bạn. | | |
| **2. Hoạt động 2: Hình thành kiến thức mới (0phút)** | | | | | | |
| **3. Hoạt động 3: Luyện tập (20 phút)** | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Biết một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái  - Học sinh biết kĩ thuật phát cầu thuận tay.  **\* Sản phẩm:**  - Sp1: Thực hiện đúng một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái.  - Sp2: Học sinh thực hiện đúng kĩ thuật phát cầu thuận tay.. | | | | | | |
| \* Thực hiện luyện tập:  - Một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái  - Kĩ thuật phát cầu thuận tay .  . | | 6 - 8Lần | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV hướng dẫn và tổ chức học sinh tập luyện lần lượt các bài tập theo hình thức nhóm đồng loạt, chia nhóm và lưu ý những sai sót thường gặp và cách sửa sai.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí:  + Đạt: Thực hiện được kĩ thuật động tác  + Chưa đạt: Thực hiện chưa đúng kĩ thuật | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - Tập luyện đồng loạt:  + Hs thành 3 - 4 hàng ngang thực hiện 8 - 10 lần các bước di chuyển  + Hs thực hiện mô phỏng không cầu 6 – 8 lần theo hiệu lệnh của giáo viên.  + Đội hình tập luyện bổ trợ,tập không cầu    - Tập luyện nhóm cặp đôi luân phiên.  + 1 học sinh làm nhóm trưởng điều hành lần lượt cho các bạn trong nhóm tập luyện.  +Lần lượt 2 học sinh vào sân thực hiện.  + Đội hình nhóm 1 tập luyện trong sân cầu lông    - Đội hình nhóm 2 tập luyện ngoài sân cầu lông.  x x x x x x  x x x x x x ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - GV mời đại diện một số nhóm mô tả cách thức thực hiện và thực hiện mô phỏng kĩ thuật động tác, sau đó mời các nhóm còn lại nhận xét. | |
| **4. Hoạt động 4: Vận dụng (10phút)** | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biết vận dụng chơi trò chơi.  - Biết kĩ thuật phát cầu thuận tay  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Số được hiệp thực hiện nhanh nhất của 2 đội.  - SP2: Thực hiện đúng kĩ thuật phát cầu thuận tay.. | | | | | | |
| - Thực hiện trò chơi “Bật nhảy bằng 2 chân đến đích  - Suy nghĩ và trả lời câu hỏi sau:  ? Em hãy thực hiện kĩ thuật phát cầu thuận tay. | 3 hiệp  1L | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV chia lớp thành 02 đội bằng nhau. Giáo viên phổ biến nội dung trò chơi, cách chơi luật chơi và tổ chức trò chơi.  - Gv gọi 1 -2 em lên thực hiện.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  - GV đánh giá thông qua kết quả của mỗi đội, đội nào có số hiệp thực hiện nhanh nhất thì xếp trên, tuyên dương và nghe phản hồi từ HS.  - GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí:  - Đạt: Thực hiện được kĩ thuật động tác  - Chưa đạt: Thực hiện chưa đúng kĩ thuật động tác | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS quan sát, lắng nghe và thực hiện trò chơi  - Học sinh chơi trò chơi nhiệt tình đoàn kết.  - Đội hình trò chơi.  IMG_20210809_215649  - Học sinh lên thực hiện kĩ thuật động tác  ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - HS báo các kết quả thực hiện trò chơi  - Hs nhận xét khả năng thực hiện động tác của bạn. |
| **5. Hoạt động: Kết thúc (5phút)** | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biêt cách đưa cơ thể về trạng thái ban đầu.  - Học sinh biêt cách định hướng tự học và luyện tập ở nhà  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Cơ thể được hồi phục sau luyện tập.  - SP2: Phẩm chất, năng lực hình thành ở HS. | | | | | | |
| **\* Hồi tĩnh:**  - Thả lỏng cơ toàn thân  (nên sử dụng âm nhạc làm nền khi học sinh thả lỏng)  **\* Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà:** | 3 phút  2 phút | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - Hướng dẫn HS thực hiện thả lỏng; nhận xét giờ học  - Hướng dẫn HS sử dụng SGK để tự tập luyện (buổi học sau mời 1 - 2 HS thực hiện kĩ thuật động tác). | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh  - HS chú ý lắng nghe.  - HS tiếp nhận bài tập của GV: Tự tập luyện ngoài giờ, các tình huống vận dụng. |

* Rút kinh nghiệm:

|  |  |
| --- | --- |
| ……………………………………….. | Kí duyệt, |
| ……………………………………….. |  |

Ngày soạn: 18/10/2023

Ngày dạy:

**TTTC: CẦU LÔNG**

**Tiết 16 - Bài 1: Bài tập bổ trợ kĩ thuật; Kĩ thuật phát cầu thuận tay.**

- Một số bài tập bổ trở; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái.

- Ôn tập kĩ thuật phát cầu thuận tay

- Trò chơi: Bật nhảy bằng 2 chân đến đích

**I. Mục tiêu bài học**

# 1. Về kiến thức:

- Học sinh biết và thực hiện được một số bài tập bổ trợ; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái biết và thực hiện đúng kĩ thuật phát cầu thuận tay; Trò chơi: Bật nhảy bằng 2 chân đến đích.

**2. Về năng lực:**

# 2.1 Năng lực đặc thù.

- **Năng lực vận động cơ bản:** Học sinh thực hiện được một số bài tập bổ trợ ; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái ; biết và thực hiện được kĩ thuật phát cầu thuận tay,

- **Năng lực hoạt động TDTT**: Học sinh lựa chọn được và thường xuyên tập luyện nội dung bài học phù hợp để nâng cao sức khoẻ. Học sinh tham gia tốt trò chơi.

**2.2 Năng lực chung.**

- **Năng lực tự chủ và tự học:** Học sinh có ý thức chủ động trong tập luyện, học tập, biết xem tranh ảnh trong sách giáo khoa phục vụ ND bài học, tự điều chỉnh tình cảm thái độ, hành vi của bản thân.

- **Năng lực giao tiếp và hợp tác**: Có ý thức lắng nghe, phản hồi tích cực trong quá trình học tập, xác định được mục đích nội dung, phương tiện, và thái độ giao tiếp, xác định được mục đích và phương thức hợp tác. Học sinh trình bày được sản phẩm học tập tương tác và hợp tác với bạn học.

- **Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo**:Học sinh thực hiện được các nhiệm vụ học tập, bài tập và trò chơi vận động theo yêu cầu của giáo viên.

**3. Về phẩm chất.**

- **Chăm chỉ:** Học sinh chủ động hoàn thành lượng vận động của bài tập, tích cực tham gia trò chơi vận động, luôn có ý thúc vươn lên đạt kết quả tốt trong học tập.

- **Nhân ái:** Học sinh có ý thức tôn trọng ý kiến của các thành viên trong nhóm khi hợp tác, gúp đỡ lẫn nhau trong khi tập luyện. Yêu quý và tôn trọng sự khác biệt giữa mọi người,

- **Trách nhiệm:** Học sinh có trách nhiệm với bản thân. Có trách nhiệm với môi trường sống. có trách nhiệm hoàn thành nội dung tập luyện.

- **Trung thực:** Học sinh tự giác tham gia đầy đủ các hoạt động học tập và hoàn thiện nhiệm vụ vận động.

# II. Thiết bị dạy học và học liệu.

# *+ Chuấn bị của giáo viên:* Trang phục gọn gàng, Kế hoạch bài dạy, Còi, quả cầu lông, vượt, tranh ảnh*.*

# *+ Chuẩn bị của học sinh:* Trang phục (giày TT), sách giáo khoa phù hợp với tiết học.

**III. Tiến trình dạy và học.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1. Hoạt động 1: Mở đầu (10** phút) | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:** Tiếp nhận ban đầu về nội dung học tập; Hoàn thành LVĐ khởi động  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Học sinh tiếp nhận được về nội dung học tập;  - SP2: Học sinh chuyển được trạng thái cơ thể hoạt động bình thường sang trạng thái vào hoạt động cao hơn. | | | | | | |
| **Nội dung** | | **LVĐ** | **Tổ chức thực hiện** | | | |
| **Hoạt động của Gv** | **Hoạt động của HS** | | |
| \* Nhận lớp. - Kiểm tra sĩ số, dụng cụ, sân tập, hỏi thăm tình hình sức khỏe học sinh.  - Phổ biến nội dung và mục tiêu bài học  **\* Khởi động chung:**  - Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân.  - Xoay các khớp:  ( Cổ tay cổ chân, khớp khuỷu tay, khớp bả vai, khớp hông, khớp gối. )  - Ép dọc ép ngang.  **\* Khởi động CM:**  - Chạy tại chỗ.  - Cúi gập đánh tay .  - Xoay và lắc cổ tay với vượt.  - Suy nghĩ và trả lời câu hỏi sau:  ? Em hãy lên thực kĩ thuật phát cầu thuận tay | | 1Vòng  2l x 8n  2l x 8n  1- 2 lần  1- 2 lần  2l x 8n  1 lần | ***Bước 1: GV giao nhiệm vụ:***  -GV nhận lớp, kiểm tra sức khỏe học sinh, phổ biến nội dung và mục tiêu bài học.    - Gv di chuyển, quan sát và chỉ dẫn đôn đốc học sinh.  - Gv dùng tín hiệu còi hoặc vỗ tay nhanh dần điều  - Gv gọi 1 -2 em lên thực hiện.  ***Bước 4: GV kết luận, nhận định:***  - GV GV sử dụng PP trực quan và PP lời nói  (SP1): Đánh giá qua quan sát | ***Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ:***  - Cán sự lớp tập hợp lớp theo đội hình 4 hàng ngang, báo cáo sĩ số.  - HS quan sát, lắng nghe nội dung và mục tiêu giờ học. - Đội hình nhận lớp.- Hs chạy nhẹ nhàng, quan sát địa hình, nghiêm túc. - Cả lớp thực hiện theo nhịp hô của cán sự.  - Đội hình khởi động.    - Cả lớp thực hiện đồng loạt theo hiệu lệnh (tiếng vỗ tay nhanh dần điều của Gv)  - Đội hình khởi động CM    - Học sinh lên thực hiện kĩ thuật động tác  ***Bước 3; Tổ chức báo cáo.***  - Cán sự lớp báo cáo kết quả hoàn thành lượng vận động khởi động.  - Hs nhận xét khả năng thực hiện động tác của bạn. | | |
| **2. Hoạt động 2: Hình thành kiến thức mới (0phút)** | | | | | | |
| **3. Hoạt động 3: Luyện tập (20 phút)** | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Biết một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái  - Học sinh biết kĩ thuật phát cầu thuận tay.  **\* Sản phẩm:**  - Sp1: Thực hiện đúng một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái.  - Sp2: Học sinh thực hiện đúng kĩ thuật phát cầu thuận tay.. | | | | | | |
| \* Thực hiện luyện tập:  - Một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái  - Kĩ thuật phát cầu thuận tay .  . | | 6 - 8Lần | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV hướng dẫn và tổ chức học sinh tập luyện lần lượt các bài tập theo hình thức nhóm đồng loạt, chia nhóm và lưu ý những sai sót thường gặp và cách sửa sai.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí:  + Đạt: Thực hiện được kĩ thuật động tác  + Chưa đạt: Thực hiện chưa đúng kĩ thuật | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - Tập luyện đồng loạt:  + Hs thành 3 - 4 hàng ngang thực hiện 8 - 10 lần các bước di chuyển  + Hs thực hiện mô phỏng không cầu 6 – 8 lần theo hiệu lệnh của giáo viên.  + Đội hình tập luyện bổ trợ,tập không cầu    - Tập luyện nhóm cặp đôi luân phiên.  + 1 học sinh làm nhóm trưởng điều hành lần lượt cho các bạn trong nhóm tập luyện.  +Lần lượt 2 học sinh vào sân thực hiện.  + Đội hình nhóm 1 tập luyện trong sân cầu lông    - Đội hình nhóm 2 tập luyện ngoài sân cầu lông.  x x x x x x  x x x x x x ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - GV mời đại diện một số nhóm mô tả cách thức thực hiện và thực hiện mô phỏng kĩ thuật động tác, sau đó mời các nhóm còn lại nhận xét. | |
| **4. Hoạt động 4: Vận dụng (10phút)** | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biết vận dụng chơi trò chơi.  - Biết kĩ thuật phát cầu thuận tay  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Số được hiệp thực hiện nhanh nhất của 2 đội.  - SP2: Thực hiện đúng kĩ thuật phát cầu thuận tay.. | | | | | | |
| - Thực hiện trò chơi “Bật nhảy bằng 2 chân đến đích  - Suy nghĩ và trả lời câu hỏi sau:  ? Em hãy thực hiện kĩ thuật phát cầu thuận tay. | 3 hiệp  1L | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV chia lớp thành 02 đội bằng nhau. Giáo viên phổ biến nội dung trò chơi, cách chơi luật chơi và tổ chức trò chơi.  - Gv gọi 1 -2 em lên thực hiện.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  - GV đánh giá thông qua kết quả của mỗi đội, đội nào có số hiệp thực hiện nhanh nhất thì xếp trên, tuyên dương và nghe phản hồi từ HS.  - GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí:  - Đạt: Thực hiện được kĩ thuật động tác  - Chưa đạt: Thực hiện chưa đúng kĩ thuật động tác | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS quan sát, lắng nghe và thực hiện trò chơi  - Học sinh chơi trò chơi nhiệt tình đoàn kết.  - Đội hình trò chơi.  Description: IMG_20210809_215649  - Học sinh lên thực hiện kĩ thuật động tác  ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - HS báo các kết quả thực hiện trò chơi  - Hs nhận xét khả năng thực hiện động tác của bạn. |
| **5. Hoạt động: Kết thúc (5phút)** | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biêt cách đưa cơ thể về trạng thái ban đầu.  - Học sinh biêt cách định hướng tự học và luyện tập ở nhà  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Cơ thể được hồi phục sau luyện tập.  - SP2: Phẩm chất, năng lực hình thành ở HS. | | | | | | |
| **\* Hồi tĩnh:**  - Thả lỏng cơ toàn thân  (nên sử dụng âm nhạc làm nền khi học sinh thả lỏng)  **\* Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà:**  - Ưu điểm; Hạn chế cần khắc phục  - Hướng dẫn tập luyện ở nhà  **\* Xuống lớp:** | 3 phút  2 phút | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - Hướng dẫn HS thực hiện thả lỏng; nhận xét giờ học  - Hướng dẫn HS sử dụng SGK để tự tập luyện (buổi học sau mời 1 - 2 HS thực hiện kĩ thuật động tác). | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh  - HS chú ý lắng nghe.  - HS tiếp nhận bài tập của GV: Tự tập luyện ngoài giờ, các tình huống vận dụng. |

* Rút kinh nghiệm:

|  |  |
| --- | --- |
| ……………………………………….. | Kí duyệt, |
| ……………………………………….. |  |

Ngày soạn: 25/10/2023

Ngày dạy:

**TTTC: CẦU LÔNG**

**Tiết 17 - Bài 1: Bài tập bổ trợ kĩ thuật; Kĩ thuật phát cầu thuận tay.**

- Một số bài tập bổ trở; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái.

- Ôn tập kĩ thuật phát cầu thuận tay

- Trò chơi: Kéo co

**I. Mục tiêu bài học**

# 1. Về kiến thức:

- Học sinh biết và thực hiện được một số bài tập bổ trợ; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái biết và thực hiện đúng kĩ thuật phát cầu thuận tay; Trò chơi: Kéo co.

**2. Về năng lực:**

# 2.1 Năng lực đặc thù.

- **Năng lực vận động cơ bản:** Học sinh thực hiện được một số bài tập bổ trợ ; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái ; biết và thực hiện được kĩ thuật phát cầu thuận tay Trò chơi: Chạy trao vượt tiếp sức.

- **Năng lực hoạt động TDTT**: Học sinh lựa chọn được và thường xuyên tập luyện nội dung bài học phù hợp để nâng cao sức khoẻ. Học sinh tham gia tốt trò chơi.

**2.2 Năng lực chung.**

- **Năng lực tự chủ và tự học:** Học sinh có ý thức chủ động trong tập luyện, học tập, biết xem tranh ảnh trong sách giáo khoa phục vụ ND bài học, tự điều chỉnh tình cảm thái độ, hành vi của bản thân.

- **Năng lực giao tiếp và hợp tác**: Có ý thức lắng nghe, phản hồi tích cực trong quá trình học tập, xác định được mục đích nội dung, phương tiện, và thái độ giao tiếp, xác định được mục đích và phương thức hợp tác. Học sinh trình bày được sản phẩm học tập tương tác và hợp tác với bạn học.

- **Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo**:Học sinh thực hiện được các nhiệm vụ học tập, bài tập và trò chơi vận động theo yêu cầu của giáo viên.

**3. Về phẩm chất.**

- **Chăm chỉ:** Học sinh chủ động hoàn thành lượng vận động của bài tập, tích cực tham gia trò chơi vận động, luôn có ý thúc vươn lên đạt kết quả tốt trong học tập.

- **Nhân ái:** Học sinh có ý thức tôn trọng ý kiến của các thành viên trong nhóm khi hợp tác, gúp đỡ lẫn nhau trong khi tập luyện. Yêu quý và tôn trọng sự khác biệt giữa mọi người,

- **Trách nhiệm:** Học sinh có trách nhiệm với bản thân. Có trách nhiệm với môi trường sống. có trách nhiệm hoàn thành nội dung tập luyện.

- **Trung thực:** Học sinh tự giác tham gia đầy đủ các hoạt động học tập và hoàn thiện nhiệm vụ vận động.

# II. Thiết bị dạy học và học liệu.

# *+ Chuấn bị của giáo viên:* Trang phục gọn gàng, Kế hoạch bài dạy, Còi, quả cầu lông, vượt, tranh ảnh*.*

# *+ Chuẩn bị của học sinh:* Trang phục (giày TT), sách giáo khoa phù hợp với tiết học.

**III. Tiến trình dạy và học.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1. Hoạt động 1: Mở đầu (10** phút) | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:** Tiếp nhận ban đầu về nội dung học tập; Hoàn thành LVĐ khởi động  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Học sinh tiếp nhận được về nội dung học tập;  - SP2: Học sinh chuyển được trạng thái cơ thể hoạt động bình thường sang trạng thái vào hoạt động cao hơn. | | | | | | |
| **Nội dung** | | **LVĐ** | **Tổ chức thực hiện** | | | |
| **Hoạt động của Gv** | **Hoạt động của HS** | | |
| \* Nhận lớp. - Kiểm tra sĩ số, dụng cụ, sân tập, hỏi thăm tình hình sức khỏe học sinh.  - Phổ biến nội dung và mục tiêu bài học  **\* Khởi động chung:**  - Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân.  - Xoay các khớp:  ( Cổ tay cổ chân, khớp khuỷu tay, khớp bả vai, khớp hông, khớp gối. )  - Ép dọc ép ngang.  **\* Khởi động CM:**  - Chạy tại chỗ.  - Cúi gập đánh tay .  - Xoay và lắc cổ tay với vượt.  - Suy nghĩ và trả lời câu hỏi sau:  ? Em hãy lên thực kĩ thuật phát cầu thuận tay | | 1Vòng  2l x 8n  2l x 8n  1- 2 lần  1- 2 lần  2l x 8n  1 lần | ***Bước 1: GV giao nhiệm vụ:***  -GV nhận lớp, kiểm tra sức khỏe học sinh, phổ biến nội dung và mục tiêu bài học.    - Gv di chuyển, quan sát và chỉ dẫn đôn đốc học sinh.  - Gv dùng tín hiệu còi hoặc vỗ tay nhanh dần điều  - Gv gọi 1 -2 em lên thực hiện.  ***Bước 4: GV kết luận, nhận định:***  - GV GV sử dụng PP trực quan và PP lời nói  (SP1): Đánh giá qua quan sát | ***Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ:***  - Cán sự lớp tập hợp lớp theo đội hình 4 hàng ngang, báo cáo sĩ số.  - HS quan sát, lắng nghe nội dung và mục tiêu giờ học. - Đội hình nhận lớp.- Hs chạy nhẹ nhàng, quan sát địa hình, nghiêm túc. - Cả lớp thực hiện theo nhịp hô của cán sự.  - Đội hình khởi động.    - Cả lớp thực hiện đồng loạt theo hiệu lệnh (tiếng vỗ tay nhanh dần điều của Gv)  - Đội hình khởi động CM    - Học sinh lên thực hiện kĩ thuật động tác  ***Bước 3; Tổ chức báo cáo.***  - Cán sự lớp báo cáo kết quả hoàn thành lượng vận động khởi động.  - Hs nhận xét khả năng thực hiện động tác của bạn. | | |
| **2. Hoạt động 2: Hình thành kiến thức mới (0phút)** | | | | | | |
| **3. Hoạt động 3: Luyện tập (20 phút)** | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Biết một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái  - Học sinh biết kĩ thuật phát cầu thuận tay.  **\* Sản phẩm:**  - Sp1: Thực hiện đúng một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái.  - Sp2: Học sinh thực hiện đúng kĩ thuật phát cầu thuận tay.. | | | | | | |
| \* Thực hiện luyện tập:  - Một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái  - Kĩ thuật phát cầu thuận tay .  . | | 6 - 8Lần | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV hướng dẫn và tổ chức học sinh tập luyện lần lượt các bài tập theo hình thức nhóm đồng loạt, chia nhóm và lưu ý những sai sót thường gặp và cách sửa sai.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí:  + Đạt: Thực hiện được kĩ thuật động tác  + Chưa đạt: Thực hiện chưa đúng kĩ thuật | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - Tập luyện đồng loạt:  + Hs thành 3 - 4 hàng ngang thực hiện 8 - 10 lần các bước di chuyển  + Hs thực hiện mô phỏng không cầu 6 – 8 lần theo hiệu lệnh của giáo viên.  + Đội hình tập luyện bổ trợ,tập không cầu    - Tập luyện nhóm cặp đôi luân phiên.  + 1 học sinh làm nhóm trưởng điều hành lần lượt cho các bạn trong nhóm tập luyện.  +Lần lượt 2 học sinh vào sân thực hiện.  + Đội hình nhóm 1 tập luyện trong sân cầu lông    - Đội hình nhóm 2 tập luyện ngoài sân cầu lông.  x x x x x x  x x x x x x ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - GV mời đại diện một số nhóm mô tả cách thức thực hiện và thực hiện mô phỏng kĩ thuật động tác, sau đó mời các nhóm còn lại nhận xét. | |
| **4. Hoạt động 4: Vận dụng (10phút)** | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biết vận dụng chơi trò chơi.  - Biết kĩ thuật phát cầu thuận tay  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Số được hiệp thực hiện nhanh nhất của 2 đội.  - SP2: Thực hiện đúng kĩ thuật phát cầu thuận tay.. | | | | | | |
| - Thực hiện trò chơi “Kéo co  - Suy nghĩ và trả lời câu hỏi sau:  ? Em hãy thực hiện kĩ thuật phát cầu thuận tay. | 3 hiệp  1L | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV chia lớp thành 02 đội bằng nhau. Giáo viên phổ biến nội dung trò chơi, cách chơi luật chơi và tổ chức trò chơi.  - Gv gọi 1 -2 em lên thực hiện.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  - GV đánh giá thông qua kết quả của mỗi đội, đội nào có số hiệp thực hiện nhanh nhất thì xếp trên, tuyên dương và nghe phản hồi từ HS.  - GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí:  - Đạt: Thực hiện được kĩ thuật động tác  - Chưa đạt: Thực hiện chưa đúng kĩ thuật động tác | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS quan sát, lắng nghe và thực hiện trò chơi  - Học sinh chơi trò chơi nhiệt tình đoàn kết.  - Đội hình trò chơi.  IMG_20210809_215859  - Học sinh lên thực hiện kĩ thuật động tác  ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - HS báo các kết quả thực hiện trò chơi  - Hs nhận xét khả năng thực hiện động tác của bạn. |
| **5. Hoạt động: Kết thúc (5phút)** | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biêt cách đưa cơ thể về trạng thái ban đầu.  - Học sinh biêt cách định hướng tự học và luyện tập ở nhà  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Cơ thể được hồi phục sau luyện tập.  - SP2: Phẩm chất, năng lực hình thành ở HS. | | | | | | |
| **\* Hồi tĩnh:**  - Thả lỏng cơ toàn thân  (nên sử dụng âm nhạc làm nền khi học sinh thả lỏng)  **\* Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà:**  - Ưu điểm; Hạn chế cần khắc phục  - Hướng dẫn tập luyện ở nhà  **\* Xuống lớp:** | 3 phút  2 phút | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - Hướng dẫn HS thực hiện thả lỏng; nhận xét giờ học  - Hướng dẫn HS sử dụng SGK để tự tập luyện (buổi học sau mời 1 - 2 HS thực hiện kĩ thuật động tác). | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh  - HS chú ý lắng nghe.  - HS tiếp nhận bài tập của GV: Tự tập luyện ngoài giờ, các tình huống vận dụng. |

* Rút kinh nghiệm:

|  |  |
| --- | --- |
| ……………………………………….. | Kí duyệt, |
| ……………………………………….. |  |

Ngày soạn: 25/10/2023

Ngày dạy:

**TTTC: CẦU LÔNG**

**Tiết 18 Bài 2: Kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải**

- Một số bài tập bổ trở; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái.

- Học kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải.

- Trò chơi: Chạy trao vượt tiếp sức.

**I. Mục tiêu bài học**

# 1. Về kiến thức:

- Học sinh biết và thực hiện được một số bài tập bổ trợ; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái biết và thực hiện đúng kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải; Trò chơi: Chạy trao vượt tiếp sức.

**2. Về năng lực:**

# 2.1 Năng lực đặc thù.

- **Năng lực vận động cơ bản:** Học sinh thực hiện được một số bài tập bổ trợ ; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái ; biết và thực hiện kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải. Trò chơi: Chạy trao vượt tiếp sức.

- **Năng lực hoạt động TDTT**: Học sinh lựa chọn được và thường xuyên tập luyện nội dung bài học phù hợp để nâng cao sức khoẻ. Học sinh tham gia tốt trò chơi.

**2.2 Năng lực chung.**

- **Năng lực tự chủ và tự học:** Học sinh có ý thức chủ động trong tập luyện, học tập, biết xem tranh ảnh trong sách giáo khoa phục vụ ND bài học, tự điều chỉnh tình cảm thái độ, hành vi của bản thân.

- **Năng lực giao tiếp và hợp tác**: Có ý thức lắng nghe, phản hồi tích cực trong quá trình học tập, xác định được mục đích nội dung, phương tiện, và thái độ giao tiếp, xác định được mục đích và phương thức hợp tác. Học sinh trình bày được sản phẩm học tập tương tác và hợp tác với bạn học.

- **Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo**:Học sinh thực hiện được các nhiệm vụ học tập, bài tập và trò chơi vận động theo yêu cầu của giáo viên.

**3. Về phẩm chất.**

- **Chăm chỉ:** Học sinh chủ động hoàn thành lượng vận động của bài tập, tích cực tham gia trò chơi vận động, luôn có ý thúc vươn lên đạt kết quả tốt trong học tập.

- **Nhân ái:** Học sinh có ý thức tôn trọng ý kiến của các thành viên trong nhóm khi hợp tác, gúp đỡ lẫn nhau trong khi tập luyện. Yêu quý và tôn trọng sự khác biệt giữa mọi người,

- **Trách nhiệm:** Học sinh có trách nhiệm với bản thân. Có trách nhiệm với môi trường sống. có trách nhiệm hoàn thành nội dung tập luyện.

- **Trung thực:** Học sinh tự giác tham gia đầy đủ các hoạt động học tập và hoàn thiện nhiệm vụ vận động.

# II. Thiết bị dạy học và học liệu.

# *+ Chuấn bị của giáo viên:* Trang phục gọn gàng, Kế hoạch bài dạy, Còi, quả cầu lông, vượt, tranh ảnh*.*

# *+ Chuẩn bị của học sinh:* Trang phục (giày TT), sách giáo khoa phù hợp với tiết học.

**III. Tiến trình dạy và học.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1. Hoạt động 1: Mở đầu (10** phút) | | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:** Tiếp nhận ban đầu về nội dung học tập; Hoàn thành LVĐ khởi động  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Học sinh tiếp nhận được về nội dung học tập;  - SP2: Học sinh chuyển được trạng thái cơ thể hoạt động bình thường sang trạng thái vào hoạt động cao hơn. | | | | | | | |
| **Nội dung** | | **LVĐ** | | **Tổ chức thực hiện** | | | |
| **Hoạt động của Gv** | | **Hoạt động của HS** | |
| \* Nhận lớp. - Kiểm tra sĩ số, dụng cụ, sân tập, hỏi thăm tình hình sức khỏe học sinh.  - Phổ biến nội dung và mục tiêu bài học  **\* Khởi động chung:**  - Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân.  - Xoay các khớp:  ( Cổ tay cổ chân, khớp khuỷu tay, khớp bả vai, khớp hông, khớp gối. )  - Ép dọc ép ngang.  **\* Khởi động CM:**  - Chạy tại chỗ.  - Cúi gập đánh tay .  - Xoay và lắc cổ tay với vượt.  - Suy nghĩ và trả lời câu hỏi sau:  ? Em hãy lên thực kĩ thuật phát cầu thuận tay | | 1Vòng  2l x 8n  2l x 8n  1- 2 lần  1- 2 lần  2l x 8n  1 lần | | ***Bước 1: GV giao nhiệm vụ:***  -GV nhận lớp, kiểm tra sức khỏe học sinh, phổ biến nội dung và mục tiêu bài học.    - Gv di chuyển, quan sát và chỉ dẫn đôn đốc học sinh.  - Gv dùng tín hiệu còi hoặc vỗ tay nhanh dần điều  - Gv gọi 1 -2 em lên thực hiện.  ***Bước 4: GV kết luận, nhận định:***  - GV GV sử dụng PP trực quan và PP lời nói  (SP1): Đánh giá qua quan sát | | ***Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ:***  - Cán sự lớp tập hợp lớp theo đội hình 4 hàng ngang, báo cáo sĩ số.  - HS quan sát, lắng nghe nội dung và mục tiêu giờ học. - Đội hình nhận lớp.- Hs chạy nhẹ nhàng, quan sát địa hình, nghiêm túc. - Cả lớp thực hiện theo nhịp hô của cán sự.  - Đội hình khởi động.    - Cả lớp thực hiện đồng loạt theo hiệu lệnh (tiếng vỗ tay nhanh dần điều của Gv)  - Đội hình khởi động CM    - Học sinh lên thực hiện kĩ thuật động tác  ***Bước 3; Tổ chức báo cáo.***  - Cán sự lớp báo cáo kết quả hoàn thành lượng vận động khởi động.  - Hs nhận xét khả năng thực hiện động tác của bạn. | |
| **2. Hoạt động 2: Hình thành kiến thức mới (8 phút)** | | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Bước đầu học sinh biết kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Động tác mô phỏng được kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải | | | | | | | |
| - Nghiên cứu tranh và mô tả cách thức thực hiện kỹ thuật động tác.  - Quan sát động tác mẫu, nghe GV phân tích kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải.    . | |  | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV Chia lớp thành 04 nhóm, phát tranh kĩ thuật động tác cho các nhóm tự nghiên cứu và tập mô phỏng kĩ thuật động tác  - GV làm mẫu, phân tích kỹ thuật và hướng dẫn cả lớp thực hiện mô phỏng; kết hợp với quan sát và sửa sai.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  - GV nhận xét, đánh giá về mức độ tiếp thu kiến thức, kỹ năng của HS.  - GV đánh giá bằng PP hỏi đáp, công cụ thang đo cho theo 2 mức  + Đạt: Mô tả được kỹ thuật động tác  + Chưa đạt: Mô tả chưa được kỹ thuật động tác | | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - Nhóm trưởng điều hành HS trong nhóm xem tranh, thảo luận và thực hiện mô phỏng kỹ thuật động tác.  - Học sinh chủ động hợp tác trao đổi ý kiến.  - HS lắng nghe, quan sát GV làm mẫu và phân tích.  - Học sinh thực hiện mô phỏng theo hướng dẫn của giáo viên  ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - GV mời đại diện một số nhóm mô tả cách thức thực hiện và thực hiện mô phỏng kĩ thuật động tác, sau đó mời các nhóm còn lại nhận xét. |
| **3. Hoạt động 3: Luyện tập (12 phút)** | | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Biết một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái; Kéo dây cao su bằng 1 tay trên cao.  - Học sinh biết kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải  **\* Sản phẩm:**  - Sp1: Thực hiện đúng một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái.  - Sp2: Học sinh thực hiện đúng kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải.. | | | | | | | |
| \* Thực hiện luyện tập:  - Một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái  - Kéo dây cao su bằng 1 tay trên cao    - Kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải...    . | | **12 phút**  6 - 8Lần | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV hướng dẫn và tổ chức học sinh tập luyện lần lượt các bài tập theo hình thức nhóm đồng loạt, chia nhóm và lưu ý những sai sót thường gặp và cách sửa sai.  - Giáo viên cho 2 học sinh đánh cầu qua lại cho nhau ngoài sân cầu lông và đồng thời luân phiên cho 2 học sinh vào trong sân cầu lông đánh cầu qua lưới 2 - 3 lần sau đấy về vị trí ngoài sân tiếp túc tập luyện.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí:  + Đạt: Thực hiện được kĩ thuật động tác  + Chưa đạt: Thực hiện chưa đúng kĩ thuật | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - Tập luyện đồng loạt:  + Hs thành 3 - 4 hàng ngang thực hiện 8 - 10 lần các bước di chuyển  + Hs thực hiện mô phỏng không cầu 6 – 8 lần theo hiệu lệnh của giáo viên.  + Đội hình tập luyện bổ trợ,tập không cầu    - Tập luyện nhóm cặp đôi luân phiên.  + 1 học sinh làm nhóm trưởng điều hành lần lượt cho các bạn trong nhóm tập luyện.  +Lần lượt 2 học sinh vào sân thực hiện.  + Đội hình nhóm 1 tập luyện trong sân cầu lông    - Đội hình nhóm 2 tập luyện ngoài sân cầu lông.  x x x x x x  x x x x x x ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - GV mời đại diện một số nhóm mô tả cách thức thực hiện và thực hiện mô phỏng kĩ thuật động tác, sau đó mời các nhóm còn lại nhận xét. | | |
| **4. Hoạt động 4: Vận dụng (10phút)** | | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biết vận dụng chơi trò chơi.  - Biết thuật đánh cầu cao tay bên phải.  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Số được hiệp thực hiện nhanh nhất của 2 đội.  - SP2: Thực hiện đúng thuật đánh cầu cao tay bên phải.... | | | | | | | |
| - Thực hiện trò chơi “Chạy trao vượt tiếp sức’’  - Suy nghĩ và trả lời câu hỏi sau:  ? Em hãy thực hiện thuật đánh cầu cao tay bên phải.. | 3 hiệp  1L | | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV chia lớp thành 02 đội bằng nhau. Giáo viên phổ biến nội dung trò chơi, cách chơi luật chơi và tổ chức trò chơi.  - Gv gọi 1 -2 em lên thực hiện.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  - GV đánh giá thông qua kết quả của mỗi đội, đội nào có số hiệp thực hiện nhanh nhất thì xếp trên, tuyên dương và nghe phản hồi từ HS.  - GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí:  - Đạt: Thực hiện được kĩ thuật động tác  - Chưa đạt: Thực hiện chưa đúng kĩ thuật động tác | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS quan sát, lắng nghe và thực hiện trò chơi  - Học sinh chơi trò chơi nhiệt tình đoàn kết.  - Đội hình trò chơi.  Description: a28  - Học sinh lên thực hiện kĩ thuật động tác  ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - HS báo các kết quả thực hiện trò chơi  - Hs nhận xét khả năng thực hiện động tác của bạn. |
| **5. Hoạt động: Kết thúc (5phút)** | | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biêt cách đưa cơ thể về trạng thái ban đầu.  - Học sinh biêt cách định hướng tự học và luyện tập ở nhà  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Cơ thể được hồi phục sau luyện tập.  - SP2: Phẩm chất, năng lực hình thành ở HS. | | | | | | | |
| **\* Hồi tĩnh:**  - Thả lỏng cơ toàn thân  (nên sử dụng âm nhạc làm nền khi học sinh thả lỏng)  **\* Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà:**  - Ưu điểm; Hạn chế cần khắc phục  - Hướng dẫn tập luyện ở nhà  **\* Xuống lớp:** | 3 phút  2 phút | | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - Hướng dẫn HS thực hiện thả lỏng; nhận xét giờ học  - Hướng dẫn HS sử dụng SGK để tự tập luyện (buổi học sau mời 1 - 2 HS thực hiện kĩ thuật động tác). | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh  - HS chú ý lắng nghe.  - HS tiếp nhận bài tập của GV: Tự tập luyện ngoài giờ, các tình huống vận dụng. |

* Rút kinh nghiệm:

|  |  |
| --- | --- |
| ……………………………………….. | Kí duyệt, |
| ……………………………………….. |  |

Ngày soạn: 1/11/2023

Ngày dạy:

**TTTC: CẦU LÔNG**

**Tiết 19 - Bài 2: Kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải**

- Một số bài tập bổ trở; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái.

- Ôn tập kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải.

- Trò chơi: Phối hợp đồng đội.

**I. Mục tiêu bài học**

# 1. Về kiến thức:

- Học sinh biết và thực hiện được một số bài tập bổ trợ; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái biết và thực hiện đúng kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải; Trò chơi: Phối hợp đồng đội.

**2. Về năng lực:**

# 2.1 Năng lực đặc thù.

- **Năng lực vận động cơ bản:** Học sinh thực hiện được một số bài tập bổ trợ ; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái ; biết và thực hiện kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải. Trò chơi: Phối hợp đồng đội.

- **Năng lực hoạt động TDTT**: Học sinh lựa chọn được và thường xuyên tập luyện nội dung bài học phù hợp để nâng cao sức khoẻ. Học sinh tham gia tốt trò chơi.

**2.2 Năng lực chung.**

- **Năng lực tự chủ và tự học:** Học sinh có ý thức chủ động trong tập luyện, học tập, biết xem tranh ảnh trong sách giáo khoa phục vụ ND bài học, tự điều chỉnh tình cảm thái độ, hành vi của bản thân.

- **Năng lực giao tiếp và hợp tác**: Có ý thức lắng nghe, phản hồi tích cực trong quá trình học tập, xác định được mục đích nội dung, phương tiện, và thái độ giao tiếp, xác định được mục đích và phương thức hợp tác. Học sinh trình bày được sản phẩm học tập tương tác và hợp tác với bạn học.

- **Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo**:Học sinh thực hiện được các nhiệm vụ học tập, bài tập và trò chơi vận động theo yêu cầu của giáo viên.

**3. Về phẩm chất.**

- **Chăm chỉ:** Học sinh chủ động hoàn thành lượng vận động của bài tập, tích cực tham gia trò chơi vận động, luôn có ý thúc vươn lên đạt kết quả tốt trong học tập.

- **Nhân ái:** Học sinh có ý thức tôn trọng ý kiến của các thành viên trong nhóm khi hợp tác, gúp đỡ lẫn nhau trong khi tập luyện. Yêu quý và tôn trọng sự khác biệt giữa mọi người,

- **Trách nhiệm:** Học sinh có trách nhiệm với bản thân. Có trách nhiệm với môi trường sống. có trách nhiệm hoàn thành nội dung tập luyện.

- **Trung thực:** Học sinh tự giác tham gia đầy đủ các hoạt động học tập và hoàn thiện nhiệm vụ vận động.

# II. Thiết bị dạy học và học liệu.

# *+ Chuấn bị của giáo viên:* Trang phục gọn gàng, Kế hoạch bài dạy, Còi, quả cầu lông, vượt, tranh ảnh*.*

# *+ Chuẩn bị của học sinh:* Trang phục (giày TT), sách giáo khoa phù hợp với tiết học.

**III. Tiến trình dạy và học.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1. Hoạt động 1: Mở đầu (10** phút) | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:** Tiếp nhận ban đầu về nội dung học tập; Hoàn thành LVĐ khởi động  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Học sinh tiếp nhận được về nội dung học tập;  - SP2: Học sinh chuyển được trạng thái cơ thể hoạt động bình thường sang trạng thái vào hoạt động cao hơn. | | | | | | |
| **Nội dung** | | **LVĐ** | **Tổ chức thực hiện** | | | |
| **Hoạt động của Gv** | | **Hoạt động của HS** | |
| \* Nhận lớp. - Kiểm tra sĩ số, dụng cụ, sân tập, hỏi thăm tình hình sức khỏe học sinh.  - Phổ biến nội dung và mục tiêu bài học  **\* Khởi động chung:**  - Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân.  - Xoay các khớp:  ( Cổ tay cổ chân, khớp khuỷu tay, khớp bả vai, khớp hông, khớp gối. )  - Ép dọc ép ngang.  **\* Khởi động CM:**  - Chạy tại chỗ.  - Cúi gập đánh tay .  - Xoay và lắc cổ tay với vượt.  - Suy nghĩ và trả lời câu hỏi sau:  ? Em hãy lên thực kĩ thuật phát cầu thuận tay | | 1Vòng  2l x 8n  2l x 8n  1- 2 lần  1- 2 lần  2l x 8n  1 lần | ***Bước 1: GV giao nhiệm vụ:***  -GV nhận lớp, kiểm tra sức khỏe học sinh, phổ biến nội dung và mục tiêu bài học.    - Gv di chuyển, quan sát và chỉ dẫn đôn đốc học sinh.  - Gv dùng tín hiệu còi hoặc vỗ tay nhanh dần điều  - Gv gọi 1 -2 em lên thực hiện.  ***Bước 4: GV kết luận, nhận định:***  - GV GV sử dụng PP trực quan và PP lời nói  (SP1): Đánh giá qua quan sát | | ***Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ:***  - Cán sự lớp tập hợp lớp theo đội hình 4 hàng ngang, báo cáo sĩ số.  - HS quan sát, lắng nghe nội dung và mục tiêu giờ học. - Đội hình nhận lớp.- Hs chạy nhẹ nhàng, quan sát địa hình, nghiêm túc. - Cả lớp thực hiện theo nhịp hô của cán sự.  - Đội hình khởi động.    - Cả lớp thực hiện đồng loạt theo hiệu lệnh (tiếng vỗ tay nhanh dần điều của Gv)  - Đội hình khởi động CM    - Học sinh lên thực hiện kĩ thuật động tác  ***Bước 3; Tổ chức báo cáo.***  - Cán sự lớp báo cáo kết quả hoàn thành lượng vận động khởi động.  - Hs nhận xét khả năng thực hiện động tác của bạn. | |
| **2. Hoạt động 2: Hình thành kiến thức mới (0 phút)** | | | | | | |
| **3. Hoạt động 3: Luyện tập (20 phút)** | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Biết một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái; Kéo dây cao su bằng 1 tay trên cao.  - Học sinh biết kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải  **\* Sản phẩm:**  - Sp1: Thực hiện đúng một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái.  - Sp2: Học sinh thực hiện đúng kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải.. | | | | | | |
| \* Thực hiện luyện tập:  - Một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái  - Kéo dây cao su bằng 1 tay trên cao    - Kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải...    . | | **12 phút**  6 - 8Lần | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV hướng dẫn và tổ chức học sinh tập luyện lần lượt các bài tập theo hình thức nhóm đồng loạt, chia nhóm và lưu ý những sai sót thường gặp và cách sửa sai.  - Giáo viên cho 2 học sinh đánh cầu qua lại cho nhau ngoài sân cầu lông và đồng thời luân phiên cho 2 học sinh vào trong sân cầu lông đánh cầu qua lưới 2 - 3 lần sau đấy về vị trí ngoài sân tiếp túc tập luyện.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí:  + Đạt: Thực hiện được kĩ thuật động tác  + Chưa đạt: Thực hiện chưa đúng kĩ thuật | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - Tập luyện đồng loạt:  + Hs thành 3 - 4 hàng ngang thực hiện 8 - 10 lần các bước di chuyển  + Đội hình tập luyện bổ trợ,    - Tập luyện nhóm cặp đôi luân phiên.  + 1 học sinh làm nhóm trưởng điều hành lần lượt cho các bạn trong nhóm tập luyện.  +Lần lượt 2 học sinh vào sân thực hiện.  + Đội hình nhóm 1 tập luyện trong sân cầu lông    - Đội hình nhóm 2 tập luyện ngoài sân cầu lông.  x x x x x x  x x x x x x ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - GV mời đại diện một số nhóm mô tả cách thức thực hiện và thực hiện mô phỏng kĩ thuật động tác, sau đó mời các nhóm còn lại nhận xét. | | |
| **4. Hoạt động 4: Vận dụng (10phút)** | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biết vận dụng chơi trò chơi.  - Biết thuật đánh cầu cao tay bên phải.  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Số được hiệp thực hiện nhanh nhất của 2 đội.  - SP2: Thực hiện đúng thuật đánh cầu cao tay bên phải.... | | | | | | |
| - Thực hiện trò chơi “Phối hợp đồng đội  - Suy nghĩ và trả lời câu hỏi sau:  ? Em hãy thực hiện thuật đánh cầu cao tay bên phải.. | 3 hiệp  1L | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV chia lớp thành 02 đội bằng nhau. Giáo viên phổ biến nội dung trò chơi, cách chơi luật chơi và tổ chức trò chơi.  - Gv gọi 1 -2 em lên thực hiện.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  - GV đánh giá thông qua kết quả của mỗi đội, đội nào có số hiệp thực hiện nhanh nhất thì xếp trên, tuyên dương và nghe phản hồi từ HS.  - GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí:  - Đạt: Thực hiện được kĩ thuật động tác  - Chưa đạt: Thực hiện chưa đúng kĩ thuật động tác | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS quan sát, lắng nghe và thực hiện trò chơi  - Học sinh chơi trò chơi nhiệt tình đoàn kết.  - Đội hình trò chơi.    - Học sinh lên thực hiện kĩ thuật động tác  ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - HS báo các kết quả thực hiện trò chơi  - Hs nhận xét khả năng thực hiện động tác của bạn. |
| **5. Hoạt động: Kết thúc (5phút)** | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biêt cách đưa cơ thể về trạng thái ban đầu.  - Học sinh biêt cách định hướng tự học và luyện tập ở nhà  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Cơ thể được hồi phục sau luyện tập.  - SP2: Phẩm chất, năng lực hình thành ở HS. | | | | | | |
| **\* Hồi tĩnh:**  - Thả lỏng cơ toàn thân  (nên sử dụng âm nhạc làm nền khi học sinh thả lỏng)  **\* Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà:**  - Ưu điểm; Hạn chế cần khắc phục  - Hướng dẫn tập luyện ở nhà  **\* Xuống lớp:** | 3 phút  2 phút | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - Hướng dẫn HS thực hiện thả lỏng; nhận xét giờ học  - Hướng dẫn HS sử dụng SGK để tự tập luyện (buổi học sau mời 1 - 2 HS thực hiện kĩ thuật động tác). | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh  - HS chú ý lắng nghe.  - HS tiếp nhận bài tập của GV: Tự tập luyện ngoài giờ, các tình huống vận dụng. |

* Rút kinh nghiệm:

|  |  |
| --- | --- |
| ……………………………………….. | Kí duyệt, |
| ……………………………………….. |  |

Ngày soạn: 1/11/2023

Ngày dạy:

**TTTC: CẦU LÔNG**

**Tiết 20 - Bài 2: Kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải**

- Một số bài tập bổ trở; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái.

- Ôn tập kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải.

- Trò chơi: Chạy tiến lùi tiếp sức.

**I. Mục tiêu bài học**

# 1. Về kiến thức:

- Học sinh biết và thực hiện được một số bài tập bổ trợ; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái biết và thực hiện đúng kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải; Trò chơi: Chạy tiến lùi tiếp sức.

**2. Về năng lực:**

# 2.1 Năng lực đặc thù.

- **Năng lực vận động cơ bản:** Học sinh thực hiện được một số bài tập bổ trợ ; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái ; biết và thực hiện kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải. Trò chơi: Chạy tiến lùi tiếp sức.

- **Năng lực hoạt động TDTT**: Học sinh lựa chọn được và thường xuyên tập luyện nội dung bài học phù hợp để nâng cao sức khoẻ. Học sinh tham gia tốt trò chơi.

**2.2 Năng lực chung.**

- **Năng lực tự chủ và tự học:** Học sinh có ý thức chủ động trong tập luyện, học tập, biết xem tranh ảnh trong sách giáo khoa phục vụ ND bài học, tự điều chỉnh tình cảm thái độ, hành vi của bản thân.

- **Năng lực giao tiếp và hợp tác**: Có ý thức lắng nghe, phản hồi tích cực trong quá trình học tập, xác định được mục đích nội dung, phương tiện, và thái độ giao tiếp, xác định được mục đích và phương thức hợp tác. Học sinh trình bày được sản phẩm học tập tương tác và hợp tác với bạn học.

- **Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo**:Học sinh thực hiện được các nhiệm vụ học tập, bài tập và trò chơi vận động theo yêu cầu của giáo viên.

**3. Về phẩm chất.**

- **Chăm chỉ:** Học sinh chủ động hoàn thành lượng vận động của bài tập, tích cực tham gia trò chơi vận động, luôn có ý thúc vươn lên đạt kết quả tốt trong học tập.

- **Nhân ái:** Học sinh có ý thức tôn trọng ý kiến của các thành viên trong nhóm khi hợp tác, gúp đỡ lẫn nhau trong khi tập luyện. Yêu quý và tôn trọng sự khác biệt giữa mọi người,

- **Trách nhiệm:** Học sinh có trách nhiệm với bản thân. Có trách nhiệm với môi trường sống. có trách nhiệm hoàn thành nội dung tập luyện.

- **Trung thực:** Học sinh tự giác tham gia đầy đủ các hoạt động học tập và hoàn thiện nhiệm vụ vận động.

# II. Thiết bị dạy học và học liệu.

# *+ Chuấn bị của giáo viên:* Trang phục gọn gàng, Kế hoạch bài dạy, Còi, quả cầu lông, vượt, tranh ảnh*.*

# *+ Chuẩn bị của học sinh:* Trang phục (giày TT), sách giáo khoa phù hợp với tiết học.

**III. Tiến trình dạy và học.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1. Hoạt động 1: Mở đầu (10** phút) | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:** Tiếp nhận ban đầu về nội dung học tập; Hoàn thành LVĐ khởi động  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Học sinh tiếp nhận được về nội dung học tập;  - SP2: Học sinh chuyển được trạng thái cơ thể hoạt động bình thường sang trạng thái vào hoạt động cao hơn. | | | | | | |
| **Nội dung** | | **LVĐ** | **Tổ chức thực hiện** | | | |
| **Hoạt động của Gv** | | **Hoạt động của HS** | |
| \* Nhận lớp. - Kiểm tra sĩ số, dụng cụ, sân tập, hỏi thăm tình hình sức khỏe học sinh.  - Phổ biến nội dung và mục tiêu bài học  **\* Khởi động chung:**  - Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân.  - Xoay các khớp:  ( Cổ tay cổ chân, khớp khuỷu tay, khớp bả vai, khớp hông, khớp gối. )  - Ép dọc ép ngang.  **\* Khởi động CM:**  - Chạy tại chỗ.  - Cúi gập đánh tay .  - Xoay và lắc cổ tay với vượt.  - Suy nghĩ và trả lời câu hỏi sau:  ? Em hãy lên thực kĩ thuật phát cầu thuận tay | | 1Vòng  2l x 8n  2l x 8n  1- 2 lần  1- 2 lần  2l x 8n  1 lần | ***Bước 1: GV giao nhiệm vụ:***  -GV nhận lớp, kiểm tra sức khỏe học sinh, phổ biến nội dung và mục tiêu bài học.    - Gv di chuyển, quan sát và chỉ dẫn đôn đốc học sinh.  - Gv dùng tín hiệu còi hoặc vỗ tay nhanh dần điều  - Gv gọi 1 -2 em lên thực hiện.  ***Bước 4: GV kết luận, nhận định:***  - GV GV sử dụng PP trực quan và PP lời nói  (SP1): Đánh giá qua quan sát | | ***Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ:***  - Cán sự lớp tập hợp lớp theo đội hình 4 hàng ngang, báo cáo sĩ số.  - HS quan sát, lắng nghe nội dung và mục tiêu giờ học. - Đội hình nhận lớp.- Hs chạy nhẹ nhàng, quan sát địa hình, nghiêm túc. - Cả lớp thực hiện theo nhịp hô của cán sự.  - Đội hình khởi động.    - Cả lớp thực hiện đồng loạt theo hiệu lệnh (tiếng vỗ tay nhanh dần điều của Gv)  - Đội hình khởi động CM    - Học sinh lên thực hiện kĩ thuật động tác  ***Bước 3; Tổ chức báo cáo.***  - Cán sự lớp báo cáo kết quả hoàn thành lượng vận động khởi động.  - Hs nhận xét khả năng thực hiện động tác của bạn. | |
| **2. Hoạt động 2: Hình thành kiến thức mới (0 phút)** | | | | | | |
| **3. Hoạt động 3: Luyện tập (20 phút)** | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Biết một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái; Kéo dây cao su bằng 1 tay trên cao.  - Học sinh biết kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải  **\* Sản phẩm:**  - Sp1: Thực hiện đúng một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái.  - Sp2: Học sinh thực hiện đúng kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải.. | | | | | | |
| \* Thực hiện luyện tập:  - Một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái  - Kéo dây cao su bằng 1 tay trên cao    - Kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải...    . | | **12 phút**  6 - 8Lần | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV hướng dẫn và tổ chức học sinh tập luyện lần lượt các bài tập theo hình thức nhóm đồng loạt, chia nhóm và lưu ý những sai sót thường gặp và cách sửa sai.  - Giáo viên cho 2 học sinh đánh cầu qua lại cho nhau ngoài sân cầu lông và đồng thời luân phiên cho 2 học sinh vào trong sân cầu lông đánh cầu qua lưới 2 - 3 lần sau đấy về vị trí ngoài sân tiếp túc tập luyện.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí:  + Đạt: Thực hiện được kĩ thuật động tác  + Chưa đạt: Thực hiện chưa đúng kĩ thuật | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - Tập luyện đồng loạt:  + Hs thành 3 - 4 hàng ngang thực hiện 8 - 10 lần các bước di chuyển  + Hs thực hiện mô phỏng không cầu 6 – 8 lần theo hiệu lệnh của giáo viên.  + Đội hình tập luyện bổ trợ,tập không cầu    - Tập luyện nhóm cặp đôi luân phiên.  + 1 học sinh làm nhóm trưởng điều hành lần lượt cho các bạn trong nhóm tập luyện.  +Lần lượt 2 học sinh vào sân thực hiện.  + Đội hình nhóm 1 tập luyện trong sân cầu lông    - Đội hình nhóm 2 tập luyện ngoài sân cầu lông.  x x x x x x  x x x x x x ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - GV mời đại diện một số nhóm mô tả cách thức thực hiện và thực hiện mô phỏng kĩ thuật động tác, sau đó mời các nhóm còn lại nhận xét. | | |
| **4. Hoạt động 4: Vận dụng (10phút)** | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biết vận dụng chơi trò chơi.  - Biết thuật đánh cầu cao tay bên phải.  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Số được hiệp thực hiện nhanh nhất của 2 đội.  - SP2: Thực hiện đúng thuật đánh cầu cao tay bên phải.... | | | | | | |
| - Thực hiện trò chơi “Chạy tiến lùi tiếp sức  - Suy nghĩ và trả lời câu hỏi sau:  ? Em hãy thực hiện thuật đánh cầu cao tay bên phải.. | 3 hiệp  1L | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV chia lớp thành 02 đội bằng nhau. Giáo viên phổ biến nội dung trò chơi, cách chơi luật chơi và tổ chức trò chơi.  - Gv gọi 1 -2 em lên thực hiện.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  - GV đánh giá thông qua kết quả của mỗi đội, đội nào có số hiệp thực hiện nhanh nhất thì xếp trên, tuyên dương và nghe phản hồi từ HS.  - GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí:  - Đạt: Thực hiện được kĩ thuật động tác  - Chưa đạt: Thực hiện chưa đúng kĩ thuật động tác | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS quan sát, lắng nghe và thực hiện trò chơi  - Học sinh chơi trò chơi nhiệt tình đoàn kết.  - Đội hình trò chơi.  Description: IMG_20210814_210238  - Học sinh lên thực hiện kĩ thuật động tác  ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - HS báo các kết quả thực hiện trò chơi  - Hs nhận xét khả năng thực hiện động tác của bạn. |
| **5. Hoạt động: Kết thúc (5phút)** | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biêt cách đưa cơ thể về trạng thái ban đầu.  - Học sinh biêt cách định hướng tự học và luyện tập ở nhà  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Cơ thể được hồi phục sau luyện tập.  - SP2: Phẩm chất, năng lực hình thành ở HS. | | | | | | |
| **\* Hồi tĩnh:**  - Thả lỏng cơ toàn thân  **\* Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà:**  **\* Xuống lớp:** | 3 phút  2 phút | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - Hướng dẫn HS thực hiện thả lỏng; nhận xét giờ học | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh  - HS chú ý lắng nghe. |

* Rút kinh nghiệm:

|  |  |
| --- | --- |
| ……………………………………….. | Kí duyệt, |
| ……………………………………….. |  |

Ngày soạn: 8/11/2023

Ngày dạy:

**TTTC: CẦU LÔNG**

**Tiết 21 - Bài 2: Kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải**

- Một số bài tập bổ trở; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái.

- Ôn tập kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải.

- Trò chơi: Chạy tiến lùi tiếp sức.

**I. Mục tiêu bài học**

# 1. Về kiến thức:

- Học sinh biết và thực hiện được một số bài tập bổ trợ; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái biết và thực hiện đúng kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải; Trò chơi: Chạy tiến lùi tiếp sức.

**2. Về năng lực:**

# 2.1 Năng lực đặc thù.

- **Năng lực vận động cơ bản:** Học sinh thực hiện được một số bài tập bổ trợ ; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái ; biết và thực hiện kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải. Trò chơi: Chạy tiến lùi tiếp sức.

- **Năng lực hoạt động TDTT**: Học sinh lựa chọn được và thường xuyên tập luyện nội dung bài học phù hợp để nâng cao sức khoẻ. Học sinh tham gia tốt trò chơi.

**2.2 Năng lực chung.**

- **Năng lực tự chủ và tự học:** Học sinh có ý thức chủ động trong tập luyện, học tập, biết xem tranh ảnh trong sách giáo khoa phục vụ ND bài học, tự điều chỉnh tình cảm thái độ, hành vi của bản thân.

- **Năng lực giao tiếp và hợp tác**: Có ý thức lắng nghe, phản hồi tích cực trong quá trình học tập, xác định được mục đích nội dung, phương tiện, và thái độ giao tiếp, xác định được mục đích và phương thức hợp tác. Học sinh trình bày được sản phẩm học tập tương tác và hợp tác với bạn học.

- **Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo**:Học sinh thực hiện được các nhiệm vụ học tập, bài tập và trò chơi vận động theo yêu cầu của giáo viên.

**3. Về phẩm chất.**

- **Chăm chỉ:** Học sinh chủ động hoàn thành lượng vận động của bài tập, tích cực tham gia trò chơi vận động, luôn có ý thúc vươn lên đạt kết quả tốt trong học tập.

- **Nhân ái:** Học sinh có ý thức tôn trọng ý kiến của các thành viên trong nhóm khi hợp tác, gúp đỡ lẫn nhau trong khi tập luyện. Yêu quý và tôn trọng sự khác biệt giữa mọi người,

- **Trách nhiệm:** Học sinh có trách nhiệm với bản thân. Có trách nhiệm với môi trường sống. có trách nhiệm hoàn thành nội dung tập luyện.

- **Trung thực:** Học sinh tự giác tham gia đầy đủ các hoạt động học tập và hoàn thiện nhiệm vụ vận động.

# II. Thiết bị dạy học và học liệu.

# *+ Chuấn bị của giáo viên:* Trang phục gọn gàng, Kế hoạch bài dạy, Còi, quả cầu lông, vượt, tranh ảnh*.*

# *+ Chuẩn bị của học sinh:* Trang phục (giày TT), sách giáo khoa phù hợp với tiết học.

**III. Tiến trình dạy và học.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1. Hoạt động 1: Mở đầu (10** phút) | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:** Tiếp nhận ban đầu về nội dung học tập; Hoàn thành LVĐ khởi động  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Học sinh tiếp nhận được về nội dung học tập;  - SP2: Học sinh chuyển được trạng thái cơ thể hoạt động bình thường sang trạng thái vào hoạt động cao hơn. | | | | | | |
| **Nội dung** | | **LVĐ** | **Tổ chức thực hiện** | | | |
| **Hoạt động của Gv** | | **Hoạt động của HS** | |
| \* Nhận lớp. - Kiểm tra sĩ số, dụng cụ, sân tập, hỏi thăm tình hình sức khỏe học sinh.  - Phổ biến nội dung và mục tiêu bài học  **\* Khởi động chung:**  - Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân.  - Xoay các khớp:  ( Cổ tay cổ chân, khớp khuỷu tay, khớp bả vai, khớp hông, khớp gối. )  - Ép dọc ép ngang.  **\* Khởi động CM:**  - Chạy tại chỗ.  - Cúi gập đánh tay .  - Xoay và lắc cổ tay với vượt.  - Suy nghĩ và trả lời câu hỏi sau:  ? Em hãy lên thực kĩ thuật phát cầu thuận tay | | 1Vòng  2l x 8n  2l x 8n  1- 2 lần  1- 2 lần  2l x 8n  1 lần | ***Bước 1: GV giao nhiệm vụ:***  -GV nhận lớp, kiểm tra sức khỏe học sinh, phổ biến nội dung và mục tiêu bài học.    - Gv di chuyển, quan sát và chỉ dẫn đôn đốc học sinh.  - Gv dùng tín hiệu còi hoặc vỗ tay nhanh dần điều  - Gv gọi 1 -2 em lên thực hiện.  ***Bước 4: GV kết luận, nhận định:***  - GV GV sử dụng PP trực quan và PP lời nói  (SP1): Đánh giá qua quan sát | | ***Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ:***  - Cán sự lớp tập hợp lớp theo đội hình 4 hàng ngang, báo cáo sĩ số.  - HS quan sát, lắng nghe nội dung và mục tiêu giờ học. - Đội hình nhận lớp.- Hs chạy nhẹ nhàng, quan sát địa hình, nghiêm túc. - Cả lớp thực hiện theo nhịp hô của cán sự.  - Đội hình khởi động.    - Cả lớp thực hiện đồng loạt theo hiệu lệnh (tiếng vỗ tay nhanh dần điều của Gv)  - Đội hình khởi động CM    - Học sinh lên thực hiện kĩ thuật động tác  ***Bước 3; Tổ chức báo cáo.***  - Cán sự lớp báo cáo kết quả hoàn thành lượng vận động khởi động.  - Hs nhận xét khả năng thực hiện động tác của bạn. | |
| **2. Hoạt động 2: Hình thành kiến thức mới (0 phút)** | | | | | | |
| **3. Hoạt động 3: Luyện tập (20 phút)** | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Biết một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái; Kéo dây cao su bằng 1 tay trên cao.  - Học sinh biết kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải  **\* Sản phẩm:**  - Sp1: Thực hiện đúng một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái.  - Sp2: Học sinh thực hiện đúng kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải.. | | | | | | |
| \* Thực hiện luyện tập:  - Một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái  - Kéo dây cao su bằng 1 tay trên cao    - Kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải...    . | | **12 phút**  6 - 8Lần | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV hướng dẫn và tổ chức học sinh tập luyện lần lượt các bài tập theo hình thức nhóm đồng loạt, chia nhóm và lưu ý những sai sót thường gặp và cách sửa sai.  - Giáo viên cho 2 học sinh đánh cầu qua lại cho nhau ngoài sân cầu lông và đồng thời luân phiên cho 2 học sinh vào trong sân cầu lông đánh cầu qua lưới 2 - 3 lần sau đấy về vị trí ngoài sân tiếp túc tập luyện.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí:  + Đạt: Thực hiện được kĩ thuật động tác  + Chưa đạt: Thực hiện chưa đúng kĩ thuật | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - Tập luyện đồng loạt:  + Hs thành 3 - 4 hàng ngang thực hiện 8 - 10 lần các bước di chuyển  + Đội hình tập luyện bổ trợ.    - Tập luyện nhóm cặp đôi luân phiên.  + 1 học sinh làm nhóm trưởng điều hành lần lượt cho các bạn trong nhóm tập luyện.  +Lần lượt 2 học sinh vào sân thực hiện.  + Đội hình nhóm 1 tập luyện trong sân cầu lông    - Đội hình nhóm 2 tập luyện ngoài sân cầu lông.  x x x x x x  x x x x x x ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - GV mời đại diện một số nhóm mô tả cách thức thực hiện và thực hiện mô phỏng kĩ thuật động tác, sau đó mời các nhóm còn lại nhận xét. | | |
| **4. Hoạt động 4: Vận dụng (10phút)** | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biết vận dụng chơi trò chơi.  - Biết thuật đánh cầu cao tay bên phải.  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Số được hiệp thực hiện nhanh nhất của 2 đội.  - SP2: Thực hiện đúng thuật đánh cầu cao tay bên phải.... | | | | | | |
| - Thực hiện trò chơi “Chạy tiến lùi tiếp sức  - Suy nghĩ và trả lời câu hỏi sau:  ? Em hãy thực hiện thuật đánh cầu cao tay bên phải.. | 3 hiệp  1L | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV chia lớp thành 02 đội bằng nhau. Giáo viên phổ biến nội dung trò chơi, cách chơi luật chơi và tổ chức trò chơi.  - Gv gọi 1 -2 em lên thực hiện.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  - GV đánh giá thông qua kết quả của mỗi đội, đội nào có số hiệp thực hiện nhanh nhất thì xếp trên, tuyên dương và nghe phản hồi từ HS.  - GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí:  - Đạt: Thực hiện được kĩ thuật động tác  - Chưa đạt: Thực hiện chưa đúng kĩ thuật động tác | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS quan sát, lắng nghe và thực hiện trò chơi  - Học sinh chơi trò chơi nhiệt tình đoàn kết.  - Đội hình trò chơi.  Description: Description: IMG_20210814_210238  - Học sinh lên thực hiện kĩ thuật động tác  ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - HS báo các kết quả thực hiện trò chơi  - Hs nhận xét khả năng thực hiện động tác của bạn. |
| **5. Hoạt động: Kết thúc (5phút)** | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biêt cách đưa cơ thể về trạng thái ban đầu.  - Học sinh biêt cách định hướng tự học và luyện tập ở nhà  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Cơ thể được hồi phục sau luyện tập.  - SP2: Phẩm chất, năng lực hình thành ở HS. | | | | | | |
| **\* Hồi tĩnh:**  - Thả lỏng cơ toàn thân  (nên sử dụng âm nhạc làm nền khi học sinh thả lỏng)  **\* Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà:**  - Ưu điểm; Hạn chế cần khắc phục  - Hướng dẫn tập luyện ở nhà  **\* Xuống lớp:** | 3 phút  2 phút | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - Hướng dẫn HS thực hiện thả lỏng; nhận xét giờ học  - Hướng dẫn HS sử dụng SGK để tự tập luyện (buổi học sau mời 1 - 2 HS thực hiện kĩ thuật động tác). | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh  - HS chú ý lắng nghe.  - HS tiếp nhận bài tập của GV: Tự tập luyện ngoài giờ, các tình huống vận dụng. |

* Rút kinh nghiệm:

|  |  |
| --- | --- |
| ……………………………………….. | Kí duyệt, |
| ……………………………………….. |  |

Ngày soạn: 8/11/2023

Ngày dạy:

**CHỦ ĐỀ: CẦU LÔNG**

**Tiết 22 - Bài 2: Kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải**

- Một số bài tập bổ trở; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái.

- Ôn tập kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải.

- Trò chơi: Bật nhảy bằng 2 chân đến đích.

**I. Mục tiêu bài học**

# 1. Về kiến thức:

- Học sinh biết và thực hiện được một số bài tập bổ trợ; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái biết và thực hiện đúng kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải; Trò chơi: Bật nhảy bằng 2 chân đến đích.

**2. Về năng lực:**

# 2.1 Năng lực đặc thù.

- **Năng lực vận động cơ bản:** Học sinh thực hiện được một số bài tập bổ trợ ; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái ; biết và thực hiện kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải. Trò chơi: Bật nhảy bằng 2 chân đến đích.

- **Năng lực hoạt động TDTT**: Học sinh lựa chọn được và thường xuyên tập luyện nội dung bài học phù hợp để nâng cao sức khoẻ. Học sinh tham gia tốt trò chơi.

**2.2 Năng lực chung.**

- **Năng lực tự chủ và tự học:** Học sinh có ý thức chủ động trong tập luyện, học tập, biết xem tranh ảnh trong sách giáo khoa phục vụ ND bài học, tự điều chỉnh tình cảm thái độ, hành vi của bản thân.

- **Năng lực giao tiếp và hợp tác**: Có ý thức lắng nghe, phản hồi tích cực trong quá trình học tập, xác định được mục đích nội dung, phương tiện, và thái độ giao tiếp, xác định được mục đích và phương thức hợp tác. Học sinh trình bày được sản phẩm học tập tương tác và hợp tác với bạn học.

- **Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo**:Học sinh thực hiện được các nhiệm vụ học tập, bài tập và trò chơi vận động theo yêu cầu của giáo viên.

**3. Về phẩm chất.**

- **Chăm chỉ:** Học sinh chủ động hoàn thành lượng vận động của bài tập, tích cực tham gia trò chơi vận động, luôn có ý thúc vươn lên đạt kết quả tốt trong học tập.

- **Nhân ái:** Học sinh có ý thức tôn trọng ý kiến của các thành viên trong nhóm khi hợp tác, gúp đỡ lẫn nhau trong khi tập luyện. Yêu quý và tôn trọng sự khác biệt giữa mọi người,

- **Trách nhiệm:** Học sinh có trách nhiệm với bản thân. Có trách nhiệm với môi trường sống. có trách nhiệm hoàn thành nội dung tập luyện.

- **Trung thực:** Học sinh tự giác tham gia đầy đủ các hoạt động học tập và hoàn thiện nhiệm vụ vận động.

# II. Thiết bị dạy học và học liệu.

# *+ Chuấn bị của giáo viên:* Trang phục gọn gàng, Kế hoạch bài dạy, Còi, quả cầu lông, vượt, tranh ảnh*.*

# *+ Chuẩn bị của học sinh:* Trang phục (giày TT), sách giáo khoa phù hợp với tiết học.

**III. Tiến trình dạy và học.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1. Hoạt động 1: Mở đầu (10** phút) | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:** Tiếp nhận ban đầu về nội dung học tập; Hoàn thành LVĐ khởi động  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Học sinh tiếp nhận được về nội dung học tập;  - SP2: Học sinh chuyển được trạng thái cơ thể hoạt động bình thường sang trạng thái vào hoạt động cao hơn. | | | | | | |
| **Nội dung** | | **LVĐ** | **Tổ chức thực hiện** | | | |
| **Hoạt động của Gv** | | **Hoạt động của HS** | |
| \* Nhận lớp. - Kiểm tra sĩ số, dụng cụ, sân tập, hỏi thăm tình hình sức khỏe học sinh.  - Phổ biến nội dung và mục tiêu bài học  **\* Khởi động chung:**  - Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân.  - Xoay các khớp:  ( Cổ tay cổ chân, khớp khuỷu tay, khớp bả vai, khớp hông, khớp gối. )  - Ép dọc ép ngang.  **\* Khởi động CM:**  - Chạy tại chỗ.  - Cúi gập đánh tay .  - Xoay và lắc cổ tay với vượt.  - Suy nghĩ và trả lời câu hỏi sau:  ? Em hãy lên thực kĩ thuật phát cầu thuận tay | | 1Vòng  2l x 8n  2l x 8n  1- 2 lần  1- 2 lần  2l x 8n  1 lần | ***Bước 1: GV giao nhiệm vụ:***  -GV nhận lớp, kiểm tra sức khỏe học sinh, phổ biến nội dung và mục tiêu bài học.    - Gv di chuyển, quan sát và chỉ dẫn đôn đốc học sinh.  - Gv dùng tín hiệu còi hoặc vỗ tay nhanh dần điều  - Gv gọi 1 -2 em lên thực hiện.  ***Bước 4: GV kết luận, nhận định:***  - GV GV sử dụng PP trực quan và PP lời nói  (SP1): Đánh giá qua quan sát | | ***Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ:***  - Cán sự lớp tập hợp lớp theo đội hình 4 hàng ngang, báo cáo sĩ số.  - HS quan sát, lắng nghe nội dung và mục tiêu giờ học. - Đội hình nhận lớp.- Hs chạy nhẹ nhàng, quan sát địa hình, nghiêm túc. - Cả lớp thực hiện theo nhịp hô của cán sự.  - Đội hình khởi động.    - Cả lớp thực hiện đồng loạt theo hiệu lệnh (tiếng vỗ tay nhanh dần điều của Gv)  - Đội hình khởi động CM    - Học sinh lên thực hiện kĩ thuật động tác  ***Bước 3; Tổ chức báo cáo.***  - Cán sự lớp báo cáo kết quả hoàn thành lượng vận động khởi động.  - Hs nhận xét khả năng thực hiện động tác của bạn. | |
| **2. Hoạt động 2: Hình thành kiến thức mới (0 phút)** | | | | | | |
| **3. Hoạt động 3: Luyện tập (20 phút)** | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Biết một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái; Kéo dây cao su bằng 1 tay trên cao.  - Học sinh biết kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải  **\* Sản phẩm:**  - Sp1: Thực hiện đúng một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái.  - Sp2: Học sinh thực hiện đúng kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải.. | | | | | | |
| \* Thực hiện luyện tập:  - Một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái  - Kéo dây cao su bằng 1 tay trên cao    - Kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải...    . | | **12 phút**  6 - 8Lần | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV hướng dẫn và tổ chức học sinh tập luyện lần lượt các bài tập theo hình thức nhóm đồng loạt, chia nhóm và lưu ý những sai sót thường gặp và cách sửa sai.  - Giáo viên cho 2 học sinh đánh cầu qua lại cho nhau ngoài sân cầu lông và đồng thời luân phiên cho 2 học sinh vào trong sân cầu lông đánh cầu qua lưới 2 - 3 lần sau đấy về vị trí ngoài sân tiếp túc tập luyện.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí:  + Đạt: Thực hiện được kĩ thuật động tác  + Chưa đạt: Thực hiện chưa đúng kĩ thuật | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - Tập luyện đồng loạt:  + Hs thành 3 - 4 hàng ngang thực hiện 8 - 10 lần các bước di chuyển.  + Đội hình tập luyện bổ trợ.    - Tập luyện nhóm cặp đôi luân phiên.  + 1 học sinh làm nhóm trưởng điều hành lần lượt cho các bạn trong nhóm tập luyện.  +Lần lượt 2 học sinh vào sân thực hiện.  + Đội hình nhóm 1 tập luyện trong sân cầu lông    - Đội hình nhóm 2 tập luyện ngoài sân cầu lông.  x x x x x x  x x x x x x ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - GV mời đại diện một số nhóm mô tả cách thức thực hiện và thực hiện mô phỏng kĩ thuật động tác, sau đó mời các nhóm còn lại nhận xét. | | |
| **4. Hoạt động 4: Vận dụng (10phút)** | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biết vận dụng chơi trò chơi.  - Biết thuật đánh cầu cao tay bên phải.  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Số được hiệp thực hiện nhanh nhất của 2 đội.  - SP2: Thực hiện đúng thuật đánh cầu cao tay bên phải.... | | | | | | |
| - Thực hiện trò chơi “Bật nhảy bằng 2 chân đến đích  - Suy nghĩ và trả lời câu hỏi sau:  ? Em hãy thực hiện thuật đánh cầu cao tay bên phải.. | 3 hiệp  1L | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV chia lớp thành 02 đội bằng nhau. Giáo viên phổ biến nội dung trò chơi, cách chơi luật chơi và tổ chức trò chơi.  - Gv gọi 1 -2 em lên thực hiện.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  - GV đánh giá thông qua kết quả của mỗi đội, đội nào có số hiệp thực hiện nhanh nhất thì xếp trên, tuyên dương và nghe phản hồi từ HS.  - GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí:  - Đạt: Thực hiện được kĩ thuật động tác  - Chưa đạt: Thực hiện chưa đúng kĩ thuật động tác | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS quan sát, lắng nghe và thực hiện trò chơi  - Học sinh chơi trò chơi nhiệt tình đoàn kết.  - Đội hình trò chơi.  Description: IMG_20210809_215649  - Học sinh lên thực hiện kĩ thuật động tác  ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - HS báo các kết quả thực hiện trò chơi  - Hs nhận xét khả năng thực hiện động tác của bạn. |
| **5. Hoạt động: Kết thúc (5phút)** | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biêt cách đưa cơ thể về trạng thái ban đầu.  - Học sinh biêt cách định hướng tự học và luyện tập ở nhà  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Cơ thể được hồi phục sau luyện tập.  - SP2: Phẩm chất, năng lực hình thành ở HS. | | | | | | |
| **\* Hồi tĩnh:**  - Thả lỏng cơ toàn thân  (nên sử dụng âm nhạc làm nền khi học sinh thả lỏng)  **\* Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà:**  - Ưu điểm; Hạn chế cần khắc phục  - Hướng dẫn tập luyện ở nhà  **\* Xuống lớp:** | 3 phút  2 phút | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - Hướng dẫn HS thực hiện thả lỏng; nhận xét giờ học  - Hướng dẫn HS sử dụng SGK để tự tập luyện (buổi học sau mời 1 - 2 HS thực hiện kĩ thuật động tác). | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh  - HS chú ý lắng nghe.  - HS tiếp nhận bài tập của GV: Tự tập luyện ngoài giờ, các tình huống vận dụng. |

* Rút kinh nghiệm:

|  |  |
| --- | --- |
| ……………………………………….. | Kí duyệt, |
| ……………………………………….. |  |

Ngày soạn: 15/11/2023

Ngày dạy:

**CHỦ ĐỀ: CẦU LÔNG**

**Tiết 23 - Bài 2: Kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải**

- Một số bài tập bổ trở; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái.

- Ôn tập kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải.

- Trò chơi: Chạy tiến lùi tiếp sức.

**I. Mục tiêu bài học**

# 1. Về kiến thức:

- Học sinh biết và thực hiện được một số bài tập bổ trợ; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái biết và thực hiện đúng kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải; Trò chơi: Chạy tiến lùi tiếp sức.

**2. Về năng lực:**

# 2.1 Năng lực đặc thù.

- **Năng lực vận động cơ bản:** Học sinh thực hiện được một số bài tập bổ trợ ; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái ; biết và thực hiện kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải. Trò chơi: Chạy tiến lùi tiếp sức.

- **Năng lực hoạt động TDTT**: Học sinh lựa chọn được và thường xuyên tập luyện nội dung bài học phù hợp để nâng cao sức khoẻ. Học sinh tham gia tốt trò chơi.

**2.2 Năng lực chung.**

- **Năng lực tự chủ và tự học:** Học sinh có ý thức chủ động trong tập luyện, học tập, biết xem tranh ảnh trong sách giáo khoa phục vụ ND bài học, tự điều chỉnh tình cảm thái độ, hành vi của bản thân.

- **Năng lực giao tiếp và hợp tác**: Có ý thức lắng nghe, phản hồi tích cực trong quá trình học tập, xác định được mục đích nội dung, phương tiện, và thái độ giao tiếp, xác định được mục đích và phương thức hợp tác. Học sinh trình bày được sản phẩm học tập tương tác và hợp tác với bạn học.

- **Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo**:Học sinh thực hiện được các nhiệm vụ học tập, bài tập và trò chơi vận động theo yêu cầu của giáo viên.

**3. Về phẩm chất.**

- **Chăm chỉ:** Học sinh chủ động hoàn thành lượng vận động của bài tập, tích cực tham gia trò chơi vận động, luôn có ý thúc vươn lên đạt kết quả tốt trong học tập.

- **Nhân ái:** Học sinh có ý thức tôn trọng ý kiến của các thành viên trong nhóm khi hợp tác, gúp đỡ lẫn nhau trong khi tập luyện. Yêu quý và tôn trọng sự khác biệt giữa mọi người,

- **Trách nhiệm:** Học sinh có trách nhiệm với bản thân. Có trách nhiệm với môi trường sống. có trách nhiệm hoàn thành nội dung tập luyện.

- **Trung thực:** Học sinh tự giác tham gia đầy đủ các hoạt động học tập và hoàn thiện nhiệm vụ vận động.

# II. Thiết bị dạy học và học liệu.

# *+ Chuấn bị của giáo viên:* Trang phục gọn gàng, Kế hoạch bài dạy, Còi, quả cầu lông, vượt, tranh ảnh*.*

# *+ Chuẩn bị của học sinh:* Trang phục (giày TT), sách giáo khoa phù hợp với tiết học.

**III. Tiến trình dạy và học.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1. Hoạt động 1: Mở đầu (10** phút) | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:** Tiếp nhận ban đầu về nội dung học tập; Hoàn thành LVĐ khởi động  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Học sinh tiếp nhận được về nội dung học tập;  - SP2: Học sinh chuyển được trạng thái cơ thể hoạt động bình thường sang trạng thái vào hoạt động cao hơn. | | | | | | |
| **Nội dung** | | **LVĐ** | **Tổ chức thực hiện** | | | |
| **Hoạt động của Gv** | | **Hoạt động của HS** | |
| \* Nhận lớp. - Kiểm tra sĩ số, dụng cụ, sân tập, hỏi thăm tình hình sức khỏe học sinh.  - Phổ biến nội dung và mục tiêu bài học  **\* Khởi động chung:**  - Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân.  - Xoay các khớp:  ( Cổ tay cổ chân, khớp khuỷu tay, khớp bả vai, khớp hông, khớp gối. )  - Ép dọc ép ngang.  **\* Khởi động CM:**  - Chạy tại chỗ.  - Cúi gập đánh tay .  - Xoay và lắc cổ tay với vượt.  - Suy nghĩ và trả lời câu hỏi sau:  ? Em hãy lên thực kĩ thuật phát cầu thuận tay | | 1Vòng  2l x 8n  2l x 8n  1- 2 lần  1- 2 lần  2l x 8n  1 lần | ***Bước 1: GV giao nhiệm vụ:***  -GV nhận lớp, kiểm tra sức khỏe học sinh, phổ biến nội dung và mục tiêu bài học.    - Gv di chuyển, quan sát và chỉ dẫn đôn đốc học sinh.  - Gv dùng tín hiệu còi hoặc vỗ tay nhanh dần điều  - Gv gọi 1 -2 em lên thực hiện.  ***Bước 4: GV kết luận, nhận định:***  - GV GV sử dụng PP trực quan và PP lời nói  (SP1): Đánh giá qua quan sát | | ***Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ:***  - Cán sự lớp tập hợp lớp theo đội hình 4 hàng ngang, báo cáo sĩ số.  - HS quan sát, lắng nghe nội dung và mục tiêu giờ học. - Đội hình nhận lớp.- Hs chạy nhẹ nhàng, quan sát địa hình, nghiêm túc. - Cả lớp thực hiện theo nhịp hô của cán sự.  - Đội hình khởi động.    - Cả lớp thực hiện đồng loạt theo hiệu lệnh (tiếng vỗ tay nhanh dần điều của Gv)  - Đội hình khởi động CM    - Học sinh lên thực hiện kĩ thuật động tác  ***Bước 3; Tổ chức báo cáo.***  - Cán sự lớp báo cáo kết quả hoàn thành lượng vận động khởi động.  - Hs nhận xét khả năng thực hiện động tác của bạn. | |
| **2. Hoạt động 2: Hình thành kiến thức mới (0 phút)** | | | | | | |
| **3. Hoạt động 3: Luyện tập (20 phút)** | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Biết một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái; Kéo dây cao su bằng 1 tay trên cao.  - Học sinh biết kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải  **\* Sản phẩm:**  - Sp1: Thực hiện đúng một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái.  - Sp2: Học sinh thực hiện đúng kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải.. | | | | | | |
| \* Thực hiện luyện tập:  - Một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái  - Kéo dây cao su bằng 1 tay trên cao    - Kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải...    . | | **12 phút**  6 - 8Lần | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV hướng dẫn và tổ chức học sinh tập luyện lần lượt các bài tập theo hình thức nhóm đồng loạt, chia nhóm và lưu ý những sai sót thường gặp và cách sửa sai.  - Giáo viên cho 2 học sinh đánh cầu qua lại cho nhau ngoài sân cầu lông và đồng thời luân phiên cho 2 học sinh vào trong sân cầu lông đánh cầu qua lưới 2 - 3 lần sau đấy về vị trí ngoài sân tiếp túc tập luyện.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí:  + Đạt: Thực hiện được kĩ thuật động tác  + Chưa đạt: Thực hiện chưa đúng kĩ thuật | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - Tập luyện đồng loạt:  + Hs thành 3 - 4 hàng ngang thực hiện 8 - 10 lần các bước di chuyển  + Hs thực hiện mô phỏng không cầu 6 – 8 lần theo hiệu lệnh của giáo viên.  + Đội hình tập luyện bổ trợ,tập không cầu    - Tập luyện nhóm cặp đôi luân phiên.  + 1 học sinh làm nhóm trưởng điều hành lần lượt cho các bạn trong nhóm tập luyện.  +Lần lượt 2 học sinh vào sân thực hiện.  + Đội hình nhóm 1 tập luyện trong sân cầu lông    - Đội hình nhóm 2 tập luyện ngoài sân cầu lông.  x x x x x x  x x x x x x ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - GV mời đại diện một số nhóm mô tả cách thức thực hiện và thực hiện mô phỏng kĩ thuật động tác, sau đó mời các nhóm còn lại nhận xét. | | |
| **4. Hoạt động 4: Vận dụng (10phút)** | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biết vận dụng chơi trò chơi.  - Biết thuật đánh cầu cao tay bên phải.  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Số được hiệp thực hiện nhanh nhất của 2 đội.  - SP2: Thực hiện đúng thuật đánh cầu cao tay bên phải.... | | | | | | |
| - Thực hiện trò chơi “Chạy tiến lùi tiếp sức  - Suy nghĩ và trả lời câu hỏi sau:  ? Em hãy thực hiện thuật đánh cầu cao tay bên phải.. | 3 hiệp  1L | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV chia lớp thành 02 đội bằng nhau. Giáo viên phổ biến nội dung trò chơi, cách chơi luật chơi và tổ chức trò chơi.  - Gv gọi 1 -2 em lên thực hiện.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  - GV đánh giá thông qua kết quả của mỗi đội, đội nào có số hiệp thực hiện nhanh nhất thì xếp trên, tuyên dương và nghe phản hồi từ HS.  - GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí:  - Đạt: Thực hiện được kĩ thuật động tác  - Chưa đạt: Thực hiện chưa đúng kĩ thuật động tác | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS quan sát, lắng nghe và thực hiện trò chơi  - Học sinh chơi trò chơi nhiệt tình đoàn kết.  - Đội hình trò chơi.  Description: Description: IMG_20210814_210238  - Học sinh lên thực hiện kĩ thuật động tác  ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - HS báo các kết quả thực hiện trò chơi  - Hs nhận xét khả năng thực hiện động tác của bạn. |
| **5. Hoạt động: Kết thúc (5phút)** | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biêt cách đưa cơ thể về trạng thái ban đầu.  - Học sinh biêt cách định hướng tự học và luyện tập ở nhà  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Cơ thể được hồi phục sau luyện tập.  - SP2: Phẩm chất, năng lực hình thành ở HS. | | | | | | |
| **\* Hồi tĩnh:**  - Thả lỏng cơ toàn thân  (nên sử dụng âm nhạc làm nền khi học sinh thả lỏng)  **\* Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà:**  - Ưu điểm; Hạn chế cần khắc phục  - Hướng dẫn tập luyện ở nhà  **\* Xuống lớp:** | 3 phút  2 phút | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - Hướng dẫn HS thực hiện thả lỏng; nhận xét giờ học  - Hướng dẫn HS sử dụng SGK để tự tập luyện (buổi học sau mời 1 - 2 HS thực hiện kĩ thuật động tác). | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh  - HS chú ý lắng nghe.  - HS tiếp nhận bài tập của GV: Tự tập luyện ngoài giờ, các tình huống vận dụng. |

* Rút kinh nghiệm:

|  |  |
| --- | --- |
| ……………………………………….. | Kí duyệt, |
| ……………………………………….. |  |

Ngày soạn: 15/11/2023

Ngày dạy:

**TTTC: CẦU LÔNG**

**Tiết 24 - Bài 2: Kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải**

- Một số bài tập bổ trở; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái.

- Ôn tập kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải.

- Trò chơi: Bật nhảy bằng 2 chân đến đích.

**I. Mục tiêu bài học**

# 1. Về kiến thức:

- Học sinh biết và thực hiện được một số bài tập bổ trợ; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái biết và thực hiện đúng kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải; Trò chơi: Bật nhảy bằng 2 chân đến đích.

**2. Về năng lực:**

# 2.1 Năng lực đặc thù.

- **Năng lực vận động cơ bản:** Học sinh thực hiện được một số bài tập bổ trợ ; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái ; biết và thực hiện kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải. Trò chơi: Bật nhảy bằng 2 chân đến đích.

- **Năng lực hoạt động TDTT**: Học sinh lựa chọn được và thường xuyên tập luyện nội dung bài học phù hợp để nâng cao sức khoẻ. Học sinh tham gia tốt trò chơi.

**2.2 Năng lực chung.**

- **Năng lực tự chủ và tự học:** Học sinh có ý thức chủ động trong tập luyện, học tập, biết xem tranh ảnh trong sách giáo khoa phục vụ ND bài học, tự điều chỉnh tình cảm thái độ, hành vi của bản thân.

- **Năng lực giao tiếp và hợp tác**: Có ý thức lắng nghe, phản hồi tích cực trong quá trình học tập, xác định được mục đích nội dung, phương tiện, và thái độ giao tiếp, xác định được mục đích và phương thức hợp tác. Học sinh trình bày được sản phẩm học tập tương tác và hợp tác với bạn học.

- **Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo**:Học sinh thực hiện được các nhiệm vụ học tập, bài tập và trò chơi vận động theo yêu cầu của giáo viên.

**3. Về phẩm chất.**

- **Chăm chỉ:** Học sinh chủ động hoàn thành lượng vận động của bài tập, tích cực tham gia trò chơi vận động, luôn có ý thúc vươn lên đạt kết quả tốt trong học tập.

- **Nhân ái:** Học sinh có ý thức tôn trọng ý kiến của các thành viên trong nhóm khi hợp tác, gúp đỡ lẫn nhau trong khi tập luyện. Yêu quý và tôn trọng sự khác biệt giữa mọi người,

- **Trách nhiệm:** Học sinh có trách nhiệm với bản thân. Có trách nhiệm với môi trường sống. có trách nhiệm hoàn thành nội dung tập luyện.

- **Trung thực:** Học sinh tự giác tham gia đầy đủ các hoạt động học tập và hoàn thiện nhiệm vụ vận động.

# II. Thiết bị dạy học và học liệu.

# *+ Chuấn bị của giáo viên:* Trang phục gọn gàng, Kế hoạch bài dạy, Còi, quả cầu lông, vượt, tranh ảnh*.*

# *+ Chuẩn bị của học sinh:* Trang phục (giày TT), sách giáo khoa phù hợp với tiết học.

**III. Tiến trình dạy và học.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1. Hoạt động 1: Mở đầu (10** phút) | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:** Tiếp nhận ban đầu về nội dung học tập; Hoàn thành LVĐ khởi động  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Học sinh tiếp nhận được về nội dung học tập;  - SP2: Học sinh chuyển được trạng thái cơ thể hoạt động bình thường sang trạng thái vào hoạt động cao hơn. | | | | | | |
| **Nội dung** | | **LVĐ** | **Tổ chức thực hiện** | | | |
| **Hoạt động của Gv** | | **Hoạt động của HS** | |
| \* Nhận lớp. - Kiểm tra sĩ số, dụng cụ, sân tập, hỏi thăm tình hình sức khỏe học sinh.  - Phổ biến nội dung và mục tiêu bài học  **\* Khởi động chung:**  - Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân.  - Xoay các khớp:  ( Cổ tay cổ chân, khớp khuỷu tay, khớp bả vai, khớp hông, khớp gối. )  - Ép dọc ép ngang.  **\* Khởi động CM:**  - Chạy tại chỗ.  - Cúi gập đánh tay .  - Xoay và lắc cổ tay với vượt.  - Suy nghĩ và trả lời câu hỏi sau:  ? Em hãy lên thực kĩ thuật phát cầu thuận tay | | 1Vòng  2l x 8n  2l x 8n  1- 2 lần  1- 2 lần  2l x 8n  1 lần | ***Bước 1: GV giao nhiệm vụ:***  -GV nhận lớp, kiểm tra sức khỏe học sinh, phổ biến nội dung và mục tiêu bài học.    - Gv di chuyển, quan sát và chỉ dẫn đôn đốc học sinh.  - Gv dùng tín hiệu còi hoặc vỗ tay nhanh dần điều  - Gv gọi 1 -2 em lên thực hiện.  ***Bước 4: GV kết luận, nhận định:***  - GV GV sử dụng PP trực quan và PP lời nói  (SP1): Đánh giá qua quan sát | | ***Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ:***  - Cán sự lớp tập hợp lớp theo đội hình 4 hàng ngang, báo cáo sĩ số.  - HS quan sát, lắng nghe nội dung và mục tiêu giờ học. - Đội hình nhận lớp.- Hs chạy nhẹ nhàng, quan sát địa hình, nghiêm túc. - Cả lớp thực hiện theo nhịp hô của cán sự.  - Đội hình khởi động.    - Cả lớp thực hiện đồng loạt theo hiệu lệnh (tiếng vỗ tay nhanh dần điều của Gv)  - Đội hình khởi động CM    - Học sinh lên thực hiện kĩ thuật động tác  ***Bước 3; Tổ chức báo cáo.***  - Cán sự lớp báo cáo kết quả hoàn thành lượng vận động khởi động.  - Hs nhận xét khả năng thực hiện động tác của bạn. | |
| **2. Hoạt động 2: Hình thành kiến thức mới (0 phút)** | | | | | | |
| **3. Hoạt động 3: Luyện tập (20 phút)** | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Biết một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái; Kéo dây cao su bằng 1 tay trên cao.  - Học sinh biết kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải  **\* Sản phẩm:**  - Sp1: Thực hiện đúng một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái.  - Sp2: Học sinh thực hiện đúng kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải.. | | | | | | |
| \* Thực hiện luyện tập:  - Một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái  - Kéo dây cao su bằng 1 tay trên cao    - Kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải...    . | | **12 phút**  6 - 8Lần | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV hướng dẫn và tổ chức học sinh tập luyện lần lượt các bài tập theo hình thức nhóm đồng loạt, chia nhóm và lưu ý những sai sót thường gặp và cách sửa sai.  - Giáo viên cho 2 học sinh đánh cầu qua lại cho nhau ngoài sân cầu lông và đồng thời luân phiên cho 2 học sinh vào trong sân cầu lông đánh cầu qua lưới 2 - 3 lần sau đấy về vị trí ngoài sân tiếp túc tập luyện.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí:  + Đạt: Thực hiện được kĩ thuật động tác  + Chưa đạt: Thực hiện chưa đúng kĩ thuật | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - Tập luyện đồng loạt:  + Hs thành 3 - 4 hàng ngang thực hiện 8 - 10 lần các bước di chuyển  + Đội hình tập luyện bổ trợ,    - Tập luyện nhóm cặp đôi luân phiên.  + 1 học sinh làm nhóm trưởng điều hành lần lượt cho các bạn trong nhóm tập luyện.  +Lần lượt 2 học sinh vào sân thực hiện.  + Đội hình nhóm 1 tập luyện trong sân cầu lông    - Đội hình nhóm 2 tập luyện ngoài sân cầu lông.  x x x x x x  x x x x x x ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - GV mời đại diện một số nhóm mô tả cách thức thực hiện và thực hiện mô phỏng kĩ thuật động tác, sau đó mời các nhóm còn lại nhận xét. | | |
| **4. Hoạt động 4: Vận dụng (10phút)** | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biết vận dụng chơi trò chơi.  - Biết thuật đánh cầu cao tay bên phải.  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Số được hiệp thực hiện nhanh nhất của 2 đội.  - SP2: Thực hiện đúng thuật đánh cầu cao tay bên phải.... | | | | | | |
| - Thực hiện trò chơi “Bật nhảy bằng 2 chân đến đích  - Suy nghĩ và trả lời câu hỏi sau:  ? Em hãy thực hiện thuật đánh cầu cao tay bên phải.. | 3 hiệp  1L | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV chia lớp thành 02 đội bằng nhau. Giáo viên phổ biến nội dung trò chơi, cách chơi luật chơi và tổ chức trò chơi.  - Gv gọi 1 -2 em lên thực hiện.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  - GV đánh giá thông qua kết quả của mỗi đội, đội nào có số hiệp thực hiện nhanh nhất thì xếp trên, tuyên dương và nghe phản hồi từ HS.  - GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí:  - Đạt: Thực hiện được kĩ thuật động tác  - Chưa đạt: Thực hiện chưa đúng kĩ thuật động tác | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS quan sát, lắng nghe và thực hiện trò chơi  - Học sinh chơi trò chơi nhiệt tình đoàn kết.  - Đội hình trò chơi.  Description: IMG_20210809_215649  - Học sinh lên thực hiện kĩ thuật động tác  ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - HS báo các kết quả thực hiện trò chơi  - Hs nhận xét khả năng thực hiện động tác của bạn. |
| **5. Hoạt động: Kết thúc (5phút)** | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biêt cách đưa cơ thể về trạng thái ban đầu.  - Học sinh biêt cách định hướng tự học và luyện tập ở nhà  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Cơ thể được hồi phục sau luyện tập.  - SP2: Phẩm chất, năng lực hình thành ở HS. | | | | | | |
| **\* Hồi tĩnh:**  - Thả lỏng cơ toàn thân  (nên sử dụng âm nhạc làm nền khi học sinh thả lỏng)  **\* Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà:**  - Ưu điểm; Hạn chế cần khắc phục  - Hướng dẫn tập luyện ở nhà  **\* Xuống lớp:** | 3 phút  2 phút | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - Hướng dẫn HS thực hiện thả lỏng; nhận xét giờ học  - Hướng dẫn HS sử dụng SGK để tự tập luyện (buổi học sau mời 1 - 2 HS thực hiện kĩ thuật động tác). | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh  - HS chú ý lắng nghe.  - HS tiếp nhận bài tập của GV: Tự tập luyện ngoài giờ, các tình huống vận dụng. |

* Rút kinh nghiệm:

|  |  |
| --- | --- |
| ……………………………………….. | Kí duyệt, |
| ……………………………………….. |  |

Ngày soạn: 22/11/2023

Ngày dạy:

**TÊN CHỦ ĐỀ: CẦU LÔNG**

**Tiết 25 - Bài 2: Kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải**

- Một số bài tập bổ trở; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái.

- Ôn tập kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải.

- Trò chơi: Bật nhảy bằng 2 chân đến đích.

**I. Mục tiêu bài học**

# 1. Về kiến thức:

- Học sinh biết và thực hiện được một số bài tập bổ trợ; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái biết và thực hiện đúng kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải; Trò chơi: Bật nhảy bằng 2 chân đến đích.

**2. Về năng lực:**

# 2.1 Năng lực đặc thù.

- **Năng lực vận động cơ bản:** Học sinh thực hiện được một số bài tập bổ trợ ; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái ; biết và thực hiện kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải. Trò chơi: Bật nhảy bằng 2 chân đến đích.

- **Năng lực hoạt động TDTT**: Học sinh lựa chọn được và thường xuyên tập luyện nội dung bài học phù hợp để nâng cao sức khoẻ. Học sinh tham gia tốt trò chơi.

**2.2 Năng lực chung.**

- **Năng lực tự chủ và tự học:** Học sinh có ý thức chủ động trong tập luyện, học tập, biết xem tranh ảnh trong sách giáo khoa phục vụ ND bài học, tự điều chỉnh tình cảm thái độ, hành vi của bản thân.

- **Năng lực giao tiếp và hợp tác**: Có ý thức lắng nghe, phản hồi tích cực trong quá trình học tập, xác định được mục đích nội dung, phương tiện, và thái độ giao tiếp, xác định được mục đích và phương thức hợp tác. Học sinh trình bày được sản phẩm học tập tương tác và hợp tác với bạn học.

- **Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo**:Học sinh thực hiện được các nhiệm vụ học tập, bài tập và trò chơi vận động theo yêu cầu của giáo viên.

**3. Về phẩm chất.**

- **Chăm chỉ:** Học sinh chủ động hoàn thành lượng vận động của bài tập, tích cực tham gia trò chơi vận động, luôn có ý thúc vươn lên đạt kết quả tốt trong học tập.

- **Nhân ái:** Học sinh có ý thức tôn trọng ý kiến của các thành viên trong nhóm khi hợp tác, gúp đỡ lẫn nhau trong khi tập luyện. Yêu quý và tôn trọng sự khác biệt giữa mọi người,

- **Trách nhiệm:** Học sinh có trách nhiệm với bản thân. Có trách nhiệm với môi trường sống. có trách nhiệm hoàn thành nội dung tập luyện.

- **Trung thực:** Học sinh tự giác tham gia đầy đủ các hoạt động học tập và hoàn thiện nhiệm vụ vận động.

# II. Thiết bị dạy học và học liệu.

# *+ Chuấn bị của giáo viên:* Trang phục gọn gàng, Kế hoạch bài dạy, Còi, quả cầu lông, vượt, tranh ảnh*.*

# *+ Chuẩn bị của học sinh:* Trang phục (giày TT), sách giáo khoa phù hợp với tiết học.

**III. Tiến trình dạy và học.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1. Hoạt động 1: Mở đầu (10** phút) | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:** Tiếp nhận ban đầu về nội dung học tập; Hoàn thành LVĐ khởi động  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Học sinh tiếp nhận được về nội dung học tập;  - SP2: Học sinh chuyển được trạng thái cơ thể hoạt động bình thường sang trạng thái vào hoạt động cao hơn. | | | | | | |
| **Nội dung** | | **LVĐ** | **Tổ chức thực hiện** | | | |
| **Hoạt động của Gv** | | **Hoạt động của HS** | |
| \* Nhận lớp. - Kiểm tra sĩ số, dụng cụ, sân tập, hỏi thăm tình hình sức khỏe học sinh.  - Phổ biến nội dung và mục tiêu bài học  **\* Khởi động chung:**  - Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân.  - Xoay các khớp:  ( Cổ tay cổ chân, khớp khuỷu tay, khớp bả vai, khớp hông, khớp gối. )  - Ép dọc ép ngang.  **\* Khởi động CM:**  - Chạy tại chỗ.  - Cúi gập đánh tay .  - Xoay và lắc cổ tay với vượt.  - Suy nghĩ và trả lời câu hỏi sau:  ? Em hãy lên thực kĩ thuật phát cầu thuận tay | | 1Vòng  2l x 8n  2l x 8n  1- 2 lần  1- 2 lần  2l x 8n  1 lần | ***Bước 1: GV giao nhiệm vụ:***  -GV nhận lớp, kiểm tra sức khỏe học sinh, phổ biến nội dung và mục tiêu bài học.    - Gv di chuyển, quan sát và chỉ dẫn đôn đốc học sinh.  - Gv dùng tín hiệu còi hoặc vỗ tay nhanh dần điều  - Gv gọi 1 -2 em lên thực hiện.  ***Bước 4: GV kết luận, nhận định:***  - GV GV sử dụng PP trực quan và PP lời nói  (SP1): Đánh giá qua quan sát | | ***Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ:***  - Cán sự lớp tập hợp lớp theo đội hình 4 hàng ngang, báo cáo sĩ số.  - HS quan sát, lắng nghe nội dung và mục tiêu giờ học. - Đội hình nhận lớp.- Hs chạy nhẹ nhàng, quan sát địa hình, nghiêm túc. - Cả lớp thực hiện theo nhịp hô của cán sự.  - Đội hình khởi động.    - Cả lớp thực hiện đồng loạt theo hiệu lệnh (tiếng vỗ tay nhanh dần điều của Gv)  - Đội hình khởi động CM    - Học sinh lên thực hiện kĩ thuật động tác  ***Bước 3; Tổ chức báo cáo.***  - Cán sự lớp báo cáo kết quả hoàn thành lượng vận động khởi động.  - Hs nhận xét khả năng thực hiện động tác của bạn. | |
| **2. Hoạt động 2: Hình thành kiến thức mới (0 phút)** | | | | | | |
| **3. Hoạt động 3: Luyện tập (20 phút)** | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Biết một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái; Kéo dây cao su bằng 1 tay trên cao.  - Học sinh biết kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải  **\* Sản phẩm:**  - Sp1: Thực hiện đúng một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái.  - Sp2: Học sinh thực hiện đúng kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải.. | | | | | | |
| \* Thực hiện luyện tập:  - Một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái  - Kéo dây cao su bằng 1 tay trên cao    - Kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải...    . | | **12 phút**  6 - 8Lần | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV hướng dẫn và tổ chức học sinh tập luyện lần lượt các bài tập theo hình thức nhóm đồng loạt, chia nhóm và lưu ý những sai sót thường gặp và cách sửa sai.  - Giáo viên cho 2 học sinh đánh cầu qua lại cho nhau ngoài sân cầu lông và đồng thời luân phiên cho 2 học sinh vào trong sân cầu lông đánh cầu qua lưới 2 - 3 lần sau đấy về vị trí ngoài sân tiếp túc tập luyện.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí:  + Đạt: Thực hiện được kĩ thuật động tác  + Chưa đạt: Thực hiện chưa đúng kĩ thuật | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - Tập luyện đồng loạt:  + Hs thành 3 - 4 hàng ngang thực hiện 8 - 10 lần các bước di chuy.  + Đội hình tập luyện bổ trợ,    - Tập luyện nhóm cặp đôi luân phiên.  + 1 học sinh làm nhóm trưởng điều hành lần lượt cho các bạn trong nhóm tập luyện.  +Lần lượt 2 học sinh vào sân thực hiện.  + Đội hình nhóm 1 tập luyện trong sân cầu lông    - Đội hình nhóm 2 tập luyện ngoài sân cầu lông.  x x x x x x  x x x x x x ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - GV mời đại diện một số nhóm mô tả cách thức thực hiện và thực hiện mô phỏng kĩ thuật động tác, sau đó mời các nhóm còn lại nhận xét. | | |
| **4. Hoạt động 4: Vận dụng (10phút)** | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biết vận dụng chơi trò chơi.  - Biết thuật đánh cầu cao tay bên phải.  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Số được hiệp thực hiện nhanh nhất của 2 đội.  - SP2: Thực hiện đúng thuật đánh cầu cao tay bên phải.... | | | | | | |
| - Thực hiện trò chơi “Bật nhảy bằng 2 chân đến đích  - Suy nghĩ và trả lời câu hỏi sau:  ? Em hãy thực hiện thuật đánh cầu cao tay bên phải.. | 3 hiệp  1L | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV chia lớp thành 02 đội bằng nhau. Giáo viên phổ biến nội dung trò chơi, cách chơi luật chơi và tổ chức trò chơi.  - Gv gọi 1 -2 em lên thực hiện.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  - GV đánh giá thông qua kết quả của mỗi đội, đội nào có số hiệp thực hiện nhanh nhất thì xếp trên, tuyên dương và nghe phản hồi từ HS.  - GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí:  - Đạt: Thực hiện được kĩ thuật động tác  - Chưa đạt: Thực hiện chưa đúng kĩ thuật động tác | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS quan sát, lắng nghe và thực hiện trò chơi  - Học sinh chơi trò chơi nhiệt tình đoàn kết.  - Đội hình trò chơi.  Description: IMG_20210809_215649  - Học sinh lên thực hiện kĩ thuật động tác  ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - HS báo các kết quả thực hiện trò chơi  - Hs nhận xét khả năng thực hiện động tác của bạn. |
| **5. Hoạt động: Kết thúc (5phút)** | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biêt cách đưa cơ thể về trạng thái ban đầu.  - Học sinh biêt cách định hướng tự học và luyện tập ở nhà  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Cơ thể được hồi phục sau luyện tập.  - SP2: Phẩm chất, năng lực hình thành ở HS. | | | | | | |
| **\* Hồi tĩnh:**  - Thả lỏng cơ toàn thân  (nên sử dụng âm nhạc làm nền khi học sinh thả lỏng)  **\* Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà:**  - Ưu điểm; Hạn chế cần khắc phục  - Hướng dẫn tập luyện ở nhà  **\* Xuống lớp:** | 3 phút  2 phút | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - Hướng dẫn HS thực hiện thả lỏng; nhận xét giờ học  - Hướng dẫn HS sử dụng SGK để tự tập luyện (buổi học sau mời 1 - 2 HS thực hiện kĩ thuật động tác). | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh  - HS chú ý lắng nghe.  - HS tiếp nhận bài tập của GV: Tự tập luyện ngoài giờ, các tình huống vận dụng. |

* Rút kinh nghiệm:

|  |  |
| --- | --- |
| ……………………………………….. | Kí duyệt, |
| ……………………………………….. |  |

Ngày soạn:22/11/2023

Ngày dạy:

**TTTC: CẦU LÔNG**

**Tiết 26 - Bài 3: Kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải**

- Một số bài tập bổ trở; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái.

- Học tại chỗ bật nhảy luân phiên tách, chụm chân; Tại chỗ bật nhảy luân phiên đổi chân trước sau.

- Trò chơi: Chạy trao vượt tiếp sức.

**I. Mục tiêu bài học**

# 1. Về kiến thức:

- Học sinh biết và thực hiện được một số bài tập bổ trợ; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái; Tại chỗ bật nhảy luân phiên tách, chụm chân; Tại chỗ bật nhảy luân phiên đổi chân trước sau. Trò chơi: Chạy trao vượt tiếp sức.

**2. Về năng lực:**

# 2.1 Năng lực đặc thù.

- **Năng lực vận động cơ bản:** Học sinh thực hiện được một số bài tập bổ trợ ; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái; Tại chỗ bật nhảy luân phiên tách, chụm chân; Tại chỗ bật nhảy luân phiên đổi chân trước sau. Trò chơi: Chạy trao vượt tiếp sức.

- **Năng lực hoạt động TDTT**: Học sinh lựa chọn được và thường xuyên tập luyện nội dung bài học phù hợp để nâng cao sức khoẻ. Học sinh tham gia tốt trò chơi.

**2.2 Năng lực chung.**

- **Năng lực tự chủ và tự học:** Học sinh có ý thức chủ động trong tập luyện, học tập, biết xem tranh ảnh trong sách giáo khoa phục vụ ND bài học, tự điều chỉnh tình cảm thái độ, hành vi của bản thân.

- **Năng lực giao tiếp và hợp tác**: Có ý thức lắng nghe, phản hồi tích cực trong quá trình học tập, xác định được mục đích nội dung, phương tiện, và thái độ giao tiếp, xác định được mục đích và phương thức hợp tác. Học sinh trình bày được sản phẩm học tập tương tác và hợp tác với bạn học.

- **Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo**:Học sinh thực hiện được các nhiệm vụ học tập, bài tập và trò chơi vận động theo yêu cầu của giáo viên.

**3. Về phẩm chất.**

- **Chăm chỉ:** Học sinh chủ động hoàn thành lượng vận động của bài tập, tích cực tham gia trò chơi vận động, luôn có ý thúc vươn lên đạt kết quả tốt trong học tập.

- **Nhân ái:** Học sinh có ý thức tôn trọng ý kiến của các thành viên trong nhóm khi hợp tác, gúp đỡ lẫn nhau trong khi tập luyện. Yêu quý và tôn trọng sự khác biệt giữa mọi người,

- **Trách nhiệm:** Học sinh có trách nhiệm với bản thân. Có trách nhiệm với môi trường sống. có trách nhiệm hoàn thành nội dung tập luyện.

- **Trung thực:** Học sinh tự giác tham gia đầy đủ các hoạt động học tập và hoàn thiện nhiệm vụ vận động.

# II. Thiết bị dạy học và học liệu.

# *+ Chuấn bị của giáo viên:* Trang phục gọn gàng, Kế hoạch bài dạy, Còi, quả cầu lông, vượt, tranh ảnh*.*

# *+ Chuẩn bị của học sinh:* Trang phục (giày TT), sách giáo khoa phù hợp với tiết học.

**III. Tiến trình dạy và học.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1. Hoạt động 1: Mở đầu (10** phút) | | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:** Tiếp nhận ban đầu về nội dung học tập; Hoàn thành LVĐ khởi động  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Học sinh tiếp nhận được về nội dung học tập;  - SP2: Học sinh chuyển được trạng thái cơ thể hoạt động bình thường sang trạng thái vào hoạt động cao hơn. | | | | | | | |
| **Nội dung** | | **LVĐ** | | **Tổ chức thực hiện** | | | |
| **Hoạt động của Gv** | | **Hoạt động của HS** | |
| \* Nhận lớp. - Kiểm tra sĩ số, dụng cụ, sân tập, hỏi thăm tình hình sức khỏe học sinh.  - Phổ biến nội dung và mục tiêu bài học  **\* Khởi động chung:**  - Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân.  - Xoay các khớp:  ( Cổ tay cổ chân, khớp khuỷu tay, khớp bả vai, khớp hông, khớp gối. )  - Ép dọc ép ngang.  **\* Khởi động CM:**  - Chạy tại chỗ.  - Cúi gập đánh tay .  - Xoay và lắc cổ tay với vượt.  - Suy nghĩ và trả lời câu hỏi sau:  ? Em hãy lên thực kĩ thuật phát cầu thuận tay | | 1Vòng  2l x 8n  2l x 8n  1- 2 lần  1- 2 lần  2l x 8n  1 lần | | ***Bước 1: GV giao nhiệm vụ:***  -GV nhận lớp, kiểm tra sức khỏe học sinh, phổ biến nội dung và mục tiêu bài học.    - Gv di chuyển, quan sát và chỉ dẫn đôn đốc học sinh.  - Gv dùng tín hiệu còi hoặc vỗ tay nhanh dần điều  - Gv gọi 1 -2 em lên thực hiện.  ***Bước 4: GV kết luận, nhận định:***  - GV GV sử dụng PP trực quan và PP lời nói  (SP1): Đánh giá qua quan sát | | ***Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ:***  - Cán sự lớp tập hợp lớp theo đội hình 4 hàng ngang, báo cáo sĩ số.  - HS quan sát, lắng nghe nội dung và mục tiêu giờ học. - Đội hình nhận lớp.- Hs chạy nhẹ nhàng, quan sát địa hình, nghiêm túc. - Cả lớp thực hiện theo nhịp hô của cán sự.  - Đội hình khởi động.    - Cả lớp thực hiện đồng loạt theo hiệu lệnh (tiếng vỗ tay nhanh dần điều của Gv)  - Đội hình khởi động CM    - Học sinh lên thực hiện kĩ thuật động tác  ***Bước 3; Tổ chức báo cáo.***  - Cán sự lớp báo cáo kết quả hoàn thành lượng vận động khởi động.  - Hs nhận xét khả năng thực hiện động tác của bạn. | |
| **2. Hoạt động 2: Hình thành kiến thức mới (8 phút)** | | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Bước đầu học sinh biết Tại chỗ bật nhảy luân phiên tách, chụm chân; Tại chỗ bật nhảy luân phiên đổi chân trước sau  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Động tác mô phỏng được Tại chỗ bật nhảy luân phiên tách, chụm chân; Tại chỗ bật nhảy luân phiên đổi chân trước sau | | | | | | | |
| - Nghiên cứu tranh và mô tả cách thức thực hiện kỹ thuật động tác.  - Quan sát động tác mẫu, nghe GV phân tích Tại chỗ bật nhảy luân phiên tách, chụm chân; Tại chỗ bật nhảy luân phiên đổi chân trước sau.      . | |  | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV Chia lớp thành 04 nhóm, phát tranh kĩ thuật động tác cho các nhóm tự nghiên cứu và tập mô phỏng kĩ thuật động tác  - GV làm mẫu, phân tích kỹ thuật và hướng dẫn cả lớp thực hiện mô phỏng; kết hợp với quan sát và sửa sai.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  - GV nhận xét, đánh giá về mức độ tiếp thu kiến thức, kỹ năng của HS.  - GV đánh giá bằng PP hỏi đáp, công cụ thang đo cho theo 2 mức  + Đạt: Mô tả được kỹ thuật động tác  + Chưa đạt: Mô tả chưa được kỹ thuật động tác | | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - Nhóm trưởng điều hành HS trong nhóm xem tranh, thảo luận và thực hiện mô phỏng kỹ thuật động tác.  - Học sinh chủ động hợp tác trao đổi ý kiến.  - HS lắng nghe, quan sát GV làm mẫu và phân tích.  - Học sinh thực hiện mô phỏng theo hướng dẫn của giáo viên  ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - GV mời đại diện một số nhóm mô tả cách thức thực hiện và thực hiện mô phỏng kĩ thuật động tác, sau đó mời các nhóm còn lại nhận xét. |
| **3. Hoạt động 3: Luyện tập (12 phút)** | | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Biết một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái;  - Học sinh biết;Tại chỗ bật nhảy luân phiên tách, chụm chân; Tại chỗ bật nhảy luân phiên đổi chân trước sau  **\* Sản phẩm:**  - Sp1: Thực hiện đúng một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái.  - Sp2: Học sinh thực hiện đúng; Tại chỗ bật nhảy luân phiên tách, chụm chân; Tại chỗ bật nhảy luân phiên đổi chân trước sau.. | | | | | | | |
| \* Thực hiện luyện tập:  - Một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái  - Tại chỗ bật nhảy luân phiên tách, chụm chân; Tại chỗ bật nhảy luân phiên đổi chân trước sau. | | **12 phút**  6 - 8Lần | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV hướng dẫn và tổ chức học sinh tập luyện lần lượt các bài tập theo hình thức nhóm đồng loạt, chia nhóm và lưu ý những sai sót thường gặp và cách sửa sai.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí:  + Đạt: Thực hiện được kĩ thuật động tác  + Chưa đạt: Thực hiện chưa đúng kĩ thuật | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - Tập luyện đồng loạt:  + Hs thành 3 - 4 hàng ngang thực hiện 8 - 10 lần các bước di chuyển theo hiệu lệnh của giáo viên.  + Đội hình tập luyện    - Tập luyện nhóm cặp đôi luân phiên.  ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - GV mời đại diện một số nhóm mô tả cách thức thực hiện và thực hiện mô phỏng kĩ thuật động tác, sau đó mời các nhóm còn lại nhận xét. | | |
| **4. Hoạt động 4: Vận dụng (10phút)** | | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biết vận dụng chơi trò chơi.  - Biết thuật đánh cầu cao tay bên phải.  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Số được hiệp thực hiện nhanh nhất của 2 đội.  - SP2: Thực hiện đúng thuật đánh cầu cao tay bên phải.... | | | | | | | |
| - Thực hiện trò chơi “Chạy trao vượt tiếp sức’’  - Suy nghĩ và trả lời câu hỏi sau:  ? Em hãy thực hiện Tại chỗ bật nhảy luân phiên tách, chụm chân; Tại chỗ bật nhảy luân phiên đổi chân trước sau.. | 3 hiệp  1L | | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV chia lớp thành 02 đội bằng nhau. Giáo viên phổ biến nội dung trò chơi, cách chơi luật chơi và tổ chức trò chơi.  - Gv gọi 1 -2 em lên thực hiện.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  - GV đánh giá thông qua kết quả của mỗi đội, đội nào có số hiệp thực hiện nhanh nhất thì xếp trên, tuyên dương và nghe phản hồi từ HS.  - GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí:  - Đạt: Thực hiện được kĩ thuật động tác  - Chưa đạt: Thực hiện chưa đúng kĩ thuật động tác | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS quan sát, lắng nghe và thực hiện trò chơi  - Học sinh chơi trò chơi nhiệt tình đoàn kết.  - Đội hình trò chơi.  Description: Description: a28  - Học sinh lên thực hiện kĩ thuật động tác  ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - HS báo các kết quả thực hiện trò chơi  - Hs nhận xét khả năng thực hiện động tác của bạn. |
| **5. Hoạt động: Kết thúc (5phút)** | | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biêt cách đưa cơ thể về trạng thái ban đầu.  - Học sinh biêt cách định hướng tự học và luyện tập ở nhà  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Cơ thể được hồi phục sau luyện tập.  - SP2: Phẩm chất, năng lực hình thành ở HS. | | | | | | | |
| **\* Hồi tĩnh:**  - Thả lỏng cơ toàn thân  (nên sử dụng âm nhạc làm nền khi học sinh thả lỏng)  **\* Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà:**  - Ưu điểm; Hạn chế cần khắc phục  **\* Xuống lớp:** | 3 phút  2 phút | | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - Hướng dẫn HS thực hiện thả lỏng; nhận xét giờ học  - Hướng dẫn HS sử dụng SGK để tự tập luyện (buổi học sau mời 1 - 2 HS thực hiện kĩ thuật động tác). | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh  - HS chú ý lắng nghe.  - HS tiếp nhận bài tập của GV: Tự tập luyện ngoài giờ, các tình huống vận dụng. |

* Rút kinh nghiệm:

|  |  |
| --- | --- |
| ……………………………………….. | Kí duyệt, |
| ……………………………………….. |  |

Ngày soạn: 29/11/2023

Ngày dạy:

**TTTC: CẦU LÔNG**

**Tiết 27 - Bài 3: Kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải**

- Một số bài tập bổ trở; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái.

- Học kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải.

- Trò chơi: Cùng vòng về đích’’.

**I. Mục tiêu bài học**

# 1. Về kiến thức:

- Học sinh biết và thực hiện được một số bài tập bổ trợ; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái biết và thực hiện đúng kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải; Trò chơi: Cùng vòng về đích’’.

**2. Về năng lực:**

# 2.1 Năng lực đặc thù.

- **Năng lực vận động cơ bản:** Học sinh thực hiện được một số bài tập bổ trợ ; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái ; biết và thực hiện kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải. Trò chơi: Cùng vòng về đích’’.

- **Năng lực hoạt động TDTT**: Học sinh lựa chọn được và thường xuyên tập luyện nội dung bài học phù hợp để nâng cao sức khoẻ. Học sinh tham gia tốt trò chơi.

**2.2 Năng lực chung.**

- **Năng lực tự chủ và tự học:** Học sinh có ý thức chủ động trong tập luyện, học tập, biết xem tranh ảnh trong sách giáo khoa phục vụ ND bài học, tự điều chỉnh tình cảm thái độ, hành vi của bản thân.

- **Năng lực giao tiếp và hợp tác**: Có ý thức lắng nghe, phản hồi tích cực trong quá trình học tập, xác định được mục đích nội dung, phương tiện, và thái độ giao tiếp, xác định được mục đích và phương thức hợp tác. Học sinh trình bày được sản phẩm học tập tương tác và hợp tác với bạn học.

- **Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo**:Học sinh thực hiện được các nhiệm vụ học tập, bài tập và trò chơi vận động theo yêu cầu của giáo viên.

**3. Về phẩm chất.**

- **Chăm chỉ:** Học sinh chủ động hoàn thành lượng vận động của bài tập, tích cực tham gia trò chơi vận động, luôn có ý thúc vươn lên đạt kết quả tốt trong học tập.

- **Nhân ái:** Học sinh có ý thức tôn trọng ý kiến của các thành viên trong nhóm khi hợp tác, gúp đỡ lẫn nhau trong khi tập luyện. Yêu quý và tôn trọng sự khác biệt giữa mọi người,

- **Trách nhiệm:** Học sinh có trách nhiệm với bản thân. Có trách nhiệm với môi trường sống. có trách nhiệm hoàn thành nội dung tập luyện.

- **Trung thực:** Học sinh tự giác tham gia đầy đủ các hoạt động học tập và hoàn thiện nhiệm vụ vận động.

# II. Thiết bị dạy học và học liệu.

# *+ Chuấn bị của giáo viên:* Trang phục gọn gàng, Kế hoạch bài dạy, Còi, quả cầu lông, vượt, tranh ảnh*.*

# *+ Chuẩn bị của học sinh:* Trang phục (giày TT), sách giáo khoa phù hợp với tiết học.

**III. Tiến trình dạy và học.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1. Hoạt động 1: Mở đầu (10** phút) | | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:** Tiếp nhận ban đầu về nội dung học tập; Hoàn thành LVĐ khởi động  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Học sinh tiếp nhận được về nội dung học tập;  - SP2: Học sinh chuyển được trạng thái cơ thể hoạt động bình thường sang trạng thái vào hoạt động cao hơn. | | | | | | | |
| **Nội dung** | | **LVĐ** | | **Tổ chức thực hiện** | | | |
| **Hoạt động của Gv** | | **Hoạt động của HS** | |
| \* Nhận lớp. - Kiểm tra sĩ số, dụng cụ, sân tập, hỏi thăm tình hình sức khỏe học sinh.  - Phổ biến nội dung và mục tiêu bài học  **\* Khởi động chung:**  - Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân.  - Xoay các khớp:  ( Cổ tay cổ chân, khớp khuỷu tay, khớp bả vai, khớp hông, khớp gối. )  - Ép dọc ép ngang.  **\* Khởi động CM:**  - Chạy tại chỗ.  - Cúi gập đánh tay .  - Xoay và lắc cổ tay với vượt.  - Suy nghĩ và trả lời câu hỏi sau:  ? Em hãy lên thực kĩ thuật phát cầu thuận tay | | 1Vòng  2l x 8n  2l x 8n  1- 2 lần  1- 2 lần  2l x 8n  1 lần | | ***Bước 1: GV giao nhiệm vụ:***  -GV nhận lớp, kiểm tra sức khỏe học sinh, phổ biến nội dung và mục tiêu bài học.    - Gv di chuyển, quan sát và chỉ dẫn đôn đốc học sinh.  - Gv dùng tín hiệu còi hoặc vỗ tay nhanh dần điều  - Gv gọi 1 -2 em lên thực hiện.  ***Bước 4: GV kết luận, nhận định:***  - GV GV sử dụng PP trực quan và PP lời nói  (SP1): Đánh giá qua quan sát | | ***Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ:***  - Cán sự lớp tập hợp lớp theo đội hình 4 hàng ngang, báo cáo sĩ số.  - HS quan sát, lắng nghe nội dung và mục tiêu giờ học. - Đội hình nhận lớp.- Hs chạy nhẹ nhàng, quan sát địa hình, nghiêm túc. - Cả lớp thực hiện theo nhịp hô của cán sự.  - Đội hình khởi động.    - Cả lớp thực hiện đồng loạt theo hiệu lệnh (tiếng vỗ tay nhanh dần điều của Gv)  - Đội hình khởi động CM    - Học sinh lên thực hiện kĩ thuật động tác  ***Bước 3; Tổ chức báo cáo.***  - Cán sự lớp báo cáo kết quả hoàn thành lượng vận động khởi động.  - Hs nhận xét khả năng thực hiện động tác của bạn. | |
| **2. Hoạt động 2: Hình thành kiến thức mới (8 phút)** | | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Bước đầu học sinh biết kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải.  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Động tác mô phỏng được kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải | | | | | | | |
| - Nghiên cứu tranh và mô tả cách thức thực hiện kỹ thuật động tác.  - Quan sát động tác mẫu, nghe GV phân tích kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải    . | |  | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV Chia lớp thành 04 nhóm, phát tranh kĩ thuật động tác cho các nhóm tự nghiên cứu và tập mô phỏng kĩ thuật động tác  - GV làm mẫu, phân tích kỹ thuật và hướng dẫn cả lớp thực hiện mô phỏng; kết hợp với quan sát và sửa sai.  \  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  - GV nhận xét, đánh giá về mức độ tiếp thu kiến thức, kỹ năng của HS.  - GV đánh giá bằng PP hỏi đáp, công cụ thang đo cho theo 2 mức  + Đạt: Mô tả được kỹ thuật động tác  + Chưa đạt: Mô tả chưa được kỹ thuật động tác | | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - Nhóm trưởng điều hành HS trong nhóm xem tranh, thảo luận và thực hiện mô phỏng kỹ thuật động tác.  - Học sinh chủ động hợp tác trao đổi ý kiến.  - HS lắng nghe, quan sát GV làm mẫu và phân tích.  - Học sinh thực hiện mô phỏng theo hướng dẫn của giáo viên  ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - GV mời đại diện một số nhóm mô tả cách thức thực hiện và thực hiện mô phỏng kĩ thuật động tác, sau đó mời các nhóm còn lại nhận xét. |
| **3. Hoạt động 3: Luyện tập (12 phút)** | | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Biết một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái;  - Học sinh biết kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải.  **\* Sản phẩm:**  - Sp1: Thực hiện đúng một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái.  - Sp2: Học sinh thực hiện đúng kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải. | | | | | | | |
| \* Thực hiện luyện tập:  - Một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái  - Kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải    . | | **12 phút**  6 - 8Lần | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV hướng dẫn và tổ chức học sinh tập luyện lần lượt các bài tập theo hình thức nhóm đồng loạt, chia nhóm và lưu ý những sai sót thường gặp và cách sửa sai.  - Giáo viên cho 2 học sinh đánh cầu qua lại cho nhau ngoài sân cầu lông và đồng thời luân phiên cho 2 học sinh vào trong sân cầu lông đánh cầu qua lưới 2 - 3 lần sau đấy về vị trí ngoài sân tiếp túc tập luyện.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí:  + Đạt: Thực hiện được kĩ thuật động tác  + Chưa đạt: Thực hiện chưa đúng kĩ thuật | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - Tập luyện đồng loạt:  + Hs thành 3 - 4 hàng ngang thực hiện 8 - 10 lần các bước di chuyển  + Hs thực hiện mô phỏng không cầu 6 – 8 lần theo hiệu lệnh của giáo viên.  + Đội hình tập luyện bổ trợ,tập không cầu    - Tập luyện nhóm cặp đôi luân phiên.  + 1 học sinh làm nhóm trưởng điều hành lần lượt cho các bạn trong nhóm tập luyện.  +Lần lượt 2 học sinh vào sân thực hiện.  + Đội hình nhóm 1 tập luyện trong sân cầu lông    - Đội hình nhóm 2 tập luyện ngoài sân cầu lông.  x x x x x x  x x x x x x ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - GV chọn một HS thực hiện đúng, một học sinh thực hiện chưa đúng. GV gợi ý để HS nhận xét và GV đưa ra kết luận. | | |
| **4. Hoạt động 4: Vận dụng (10phút)** | | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biết vận dụng chơi trò chơi.  - Biết kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải.  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Số được hiệp thực hiện nhanh nhất của 2 đội.  - SP2: Thực hiện đúng kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải.... | | | | | | | |
| - Thực hiện trò chơi “Cùng vòng về đích’’  - Suy nghĩ và trả lời câu hỏi sau:  ? Em hãy thực hiện kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải.. | 3 hiệp  1L | | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV chia lớp thành 02 đội bằng nhau. Giáo viên phổ biến nội dung trò chơi, cách chơi luật chơi và tổ chức trò chơi.  - Gv gọi 1 -2 em lên thực hiện.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  - GV đánh giá thông qua kết quả của mỗi đội, đội nào có số hiệp thực hiện nhanh nhất thì xếp trên, tuyên dương và nghe phản hồi từ HS.  - GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí:  - Đạt: Thực hiện được kĩ thuật động tác  - Chưa đạt: Thực hiện chưa đúng kĩ thuật động tác | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS quan sát, lắng nghe và thực hiện trò chơi  - Học sinh chơi trò chơi nhiệt tình đoàn kết.  - Đội hình trò chơi.  - Học sinh lên thực hiện kĩ thuật động tác  ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - HS báo các kết quả thực hiện trò chơi  - Hs nhận xét khả năng thực hiện động tác của bạn. |
| **5. Hoạt động: Kết thúc (5phút)** | | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biêt cách đưa cơ thể về trạng thái ban đầu.  - Học sinh biêt cách định hướng tự học và luyện tập ở nhà  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Cơ thể được hồi phục sau luyện tập.  - SP2: Phẩm chất, năng lực hình thành ở HS. | | | | | | | |
| **\* Hồi tĩnh:**  - Thả lỏng cơ toàn thân  (nên sử dụng âm nhạc làm nền khi học sinh thả lỏng)  **\* Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà:**  - Ưu điểm; Hạn chế cần khắc phục  - Hướng dẫn tập luyện ở nhà  **\* Xuống lớp:** | 3 phút  2 phút | | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - Hướng dẫn HS thực hiện thả lỏng; nhận xét giờ học  - Hướng dẫn HS sử dụng SGK để tự tập luyện (buổi học sau mời 1 - 2 HS thực hiện kĩ thuật động tác). | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh  - HS chú ý lắng nghe.  - HS tiếp nhận bài tập của GV: Tự tập luyện ngoài giờ, các tình huống vận dụng. |

* Rút kinh nghiệm:

|  |  |
| --- | --- |
| ……………………………………….. | Kí duyệt, 1/12/2022 |
| ……………………………………….. |  |

Ngày soạn:29/11/2023

Ngày dạy:

**TTTC: CẦU LÔNG**

**Tiết 28 - Bài 3: Kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải**

- Một số bài tập bổ trở; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái.

- Ôn tập kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải.

- Trò chơi: Dành cầu.

# 1. Về kiến thức:

- Học sinh biết và thực hiện được một số bài tập bổ trợ; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái biết và thực hiện đúng kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải; Trò chơi: Dành cầu.

**2. Về năng lực:**

# 2.1 Năng lực đặc thù.

- **Năng lực vận động cơ bản:** Học sinh thực hiện được một số bài tập bổ trợ ; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái ; biết và thực hiện kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải. Trò chơi: Dành cầu.

- **Năng lực hoạt động TDTT**: Học sinh lựa chọn được và thường xuyên tập luyện nội dung bài học phù hợp để nâng cao sức khoẻ. Học sinh tham gia tốt trò chơi.

**2.2 Năng lực chung.**

- **Năng lực tự chủ và tự học:** Học sinh có ý thức chủ động trong tập luyện, học tập, biết xem tranh ảnh trong sách giáo khoa phục vụ ND bài học, tự điều chỉnh tình cảm thái độ, hành vi của bản thân.

- **Năng lực giao tiếp và hợp tác**: Có ý thức lắng nghe, phản hồi tích cực trong quá trình học tập, xác định được mục đích nội dung, phương tiện, và thái độ giao tiếp, xác định được mục đích và phương thức hợp tác. Học sinh trình bày được sản phẩm học tập tương tác và hợp tác với bạn học.

- **Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo**:Học sinh thực hiện được các nhiệm vụ học tập, bài tập và trò chơi vận động theo yêu cầu của giáo viên.

**3. Về phẩm chất.**

- **Chăm chỉ:** Học sinh chủ động hoàn thành lượng vận động của bài tập, tích cực tham gia trò chơi vận động, luôn có ý thúc vươn lên đạt kết quả tốt trong học tập.

- **Nhân ái:** Học sinh có ý thức tôn trọng ý kiến của các thành viên trong nhóm khi hợp tác, gúp đỡ lẫn nhau trong khi tập luyện. Yêu quý và tôn trọng sự khác biệt giữa mọi người,

- **Trách nhiệm:** Học sinh có trách nhiệm với bản thân. Có trách nhiệm với môi trường sống. có trách nhiệm hoàn thành nội dung tập luyện.

- **Trung thực:** Học sinh tự giác tham gia đầy đủ các hoạt động học tập và hoàn thiện nhiệm vụ vận động.

# II. Thiết bị dạy học và học liệu.

# *+ Chuấn bị của giáo viên:* Trang phục gọn gàng, Kế hoạch bài dạy, Còi, quả cầu lông, vượt, tranh ảnh*.*

# *+ Chuẩn bị của học sinh:* Trang phục (giày TT), sách giáo khoa phù hợp với tiết học.

**III. Tiến trình dạy và học.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1. Hoạt động 1: Mở đầu (10** phút) | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:** Tiếp nhận ban đầu về nội dung học tập; Hoàn thành LVĐ khởi động  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Học sinh tiếp nhận được về nội dung học tập;  - SP2: Học sinh chuyển được trạng thái cơ thể hoạt động bình thường sang trạng thái vào hoạt động cao hơn. | | | | | | |
| **Nội dung** | | **LVĐ** | **Tổ chức thực hiện** | | | |
| **Hoạt động của Gv** | | **Hoạt động của HS** | |
| \* Nhận lớp. - Kiểm tra sĩ số, dụng cụ, sân tập, hỏi thăm tình hình sức khỏe học sinh.  - Phổ biến nội dung và mục tiêu bài học  **\* Khởi động chung:**  - Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân.  - Xoay các khớp:  ( Cổ tay cổ chân, khớp khuỷu tay, khớp bả vai, khớp hông, khớp gối. )  - Ép dọc ép ngang.  **\* Khởi động CM:**  - Chạy tại chỗ.  - Cúi gập đánh tay .  - Xoay và lắc cổ tay với vượt.  - Suy nghĩ và trả lời câu hỏi sau:  ? Em hãy lên thực kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải. | | 1Vòng  2l x 8n  2l x 8n  1- 2 lần  1- 2 lần  2l x 8n  1 lần | ***Bước 1: GV giao nhiệm vụ:***  -GV nhận lớp, kiểm tra sức khỏe học sinh, phổ biến nội dung và mục tiêu bài học.    - Gv di chuyển, quan sát và chỉ dẫn đôn đốc học sinh.  - Gv dùng tín hiệu còi hoặc vỗ tay nhanh dần điều  - Gv gọi 1 -2 em lên thực hiện.  ***Bước 4: GV kết luận, nhận định:***  - GV GV sử dụng PP trực quan và PP lời nói  (SP1): Đánh giá qua quan sát | | ***Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ:***  - Cán sự lớp tập hợp lớp theo đội hình 4 hàng ngang, báo cáo sĩ số.  - HS quan sát, lắng nghe nội dung và mục tiêu giờ học. - Đội hình nhận lớp.- Hs chạy nhẹ nhàng, quan sát địa hình, nghiêm túc. - Cả lớp thực hiện theo nhịp hô của cán sự.  - Đội hình khởi động.    - Cả lớp thực hiện đồng loạt theo hiệu lệnh (tiếng vỗ tay nhanh dần điều của Gv)  - Đội hình khởi động CM    - Học sinh lên thực hiện kĩ thuật động tác  ***Bước 3; Tổ chức báo cáo.***  - Cán sự lớp báo cáo kết quả hoàn thành lượng vận động khởi động.  - Hs nhận xét khả năng thực hiện động tác của bạn. | |
| **2. Hoạt động 2: Hình thành kiến thức mới (0 phút)** | | | | | | |
| **3. Hoạt động 3: Luyện tập (20 phút)** | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Biết một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái;  - Học sinh biết kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải.  **\* Sản phẩm:**  - Sp1: Thực hiện đúng một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái.  - Sp2: Học sinh thực hiện đúng kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải. | | | | | | |
| \* Thực hiện luyện tập:  - Một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái  - Kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải    . | | **12 phút**  6 - 8Lần | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV hướng dẫn và tổ chức học sinh tập luyện lần lượt các bài tập theo hình thức nhóm đồng loạt, chia nhóm và lưu ý những sai sót thường gặp và cách sửa sai.  - Giáo viên cho 2 học sinh đánh cầu qua lại cho nhau ngoài sân cầu lông và đồng thời luân phiên cho 2 học sinh vào trong sân cầu lông đánh cầu qua lưới 2 - 3 lần sau đấy về vị trí ngoài sân tiếp túc tập luyện.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí:  + Đạt: Thực hiện được kĩ thuật động tác  + Chưa đạt: Thực hiện chưa đúng kĩ thuật | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - Tập luyện đồng loạt:  + Hs thành 3 - 4 hàng ngang thực hiện 8 - 10 lần các bước di chuyển  + Hs thực hiện mô phỏng không cầu 6 – 8 lần theo hiệu lệnh của giáo viên.  + Đội hình tập luyện bổ trợ,tập không cầu    - Tập luyện nhóm cặp đôi luân phiên.  + 1 học sinh làm nhóm trưởng điều hành lần lượt cho các bạn trong nhóm tập luyện.  +Lần lượt 2 học sinh vào sân thực hiện.  + Đội hình nhóm 1 tập luyện trong sân cầu lông    - Đội hình nhóm 2 tập luyện ngoài sân cầu lông.  x x x x x x  x x x x x x ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - GV chọn một HS thực hiện đúng, một học sinh thực hiện chưa đúng. GV gợi ý để HS nhận xét và GV đưa ra kết luận. | | |
| **4. Hoạt động 4: Vận dụng (10phút)** | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biết vận dụng chơi trò chơi.  - Biết kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải.  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Số được hiệp thực hiện nhanh nhất của 2 đội.  - SP2: Thực hiện đúng kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải.... | | | | | | |
| - Thực hiện trò chơi “Dành cầu  - Suy nghĩ và trả lời câu hỏi sau:  ? Em hãy thực hiện kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải.. | 3 hiệp  1L | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV chia lớp thành 02 đội bằng nhau. Giáo viên phổ biến nội dung trò chơi, cách chơi luật chơi và tổ chức trò chơi.  - Gv gọi 1 -2 em lên thực hiện.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  - GV đánh giá thông qua kết quả của mỗi đội, đội nào có số hiệp thực hiện nhanh nhất thì xếp trên, tuyên dương và nghe phản hồi từ HS.  - GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí:  - Đạt: Thực hiện được kĩ thuật động tác  - Chưa đạt: Thực hiện chưa đúng kĩ thuật động tác | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS quan sát, lắng nghe và thực hiện trò chơi  - Học sinh chơi trò chơi nhiệt tình đoàn kết.  - Đội hình trò chơi.    - Học sinh lên thực hiện kĩ thuật động tác  ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - HS báo các kết quả thực hiện trò chơi  - Hs nhận xét khả năng thực hiện động tác của bạn. |
| **5. Hoạt động: Kết thúc (5phút)** | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biêt cách đưa cơ thể về trạng thái ban đầu.  - Học sinh biêt cách định hướng tự học và luyện tập ở nhà  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Cơ thể được hồi phục sau luyện tập.  - SP2: Phẩm chất, năng lực hình thành ở HS. | | | | | | |
| **\* Hồi tĩnh:**  - Thả lỏng cơ toàn thân  (nên sử dụng âm nhạc làm nền khi học sinh thả lỏng)  **\* Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà:**  - Ưu điểm; Hạn chế cần khắc phục  - Hướng dẫn tập luyện ở nhà  **\* Xuống lớp:** | 3 phút  2 phút | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - Hướng dẫn HS thực hiện thả lỏng; nhận xét giờ học  - Hướng dẫn HS sử dụng SGK để tự tập luyện (buổi học sau mời 1 - 2 HS thực hiện kĩ thuật động tác). | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh  - HS chú ý lắng nghe.  - HS tiếp nhận bài tập của GV: Tự tập luyện ngoài giờ, các tình huống vận dụng. |

* Rút kinh nghiệm:

|  |  |
| --- | --- |
| ……………………………………….. | Kí duyệt, |
| ……………………………………….. |  |

Ngày soạn:6/12/2023

Ngày dạy:

**TTTC: CẦU LÔNG**

**Tiết 29 - Bài 3: Kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải**

- Một số bài tập bổ trở; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái.

- Ôn tập kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải.

- Trò chơi: Bật nhảy bằng 2 chân đến đích.

**I. Mục tiêu bài học**

# 1. Về kiến thức:

- Học sinh biết và thực hiện được một số bài tập bổ trợ; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái biết và thực hiện đúng kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải; Trò chơi: Bật nhảy bằng 2 chân đến đích.

**2. Về năng lực:**

# 2.1 Năng lực đặc thù.

- **Năng lực vận động cơ bản:** Học sinh thực hiện được một số bài tập bổ trợ ; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái ; biết và thực hiện kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải. Trò chơi: Bật nhảy bằng 2 chân đến đích.

- **Năng lực hoạt động TDTT**: Học sinh lựa chọn được và thường xuyên tập luyện nội dung bài học phù hợp để nâng cao sức khoẻ. Học sinh tham gia tốt trò chơi.

**2.2 Năng lực chung.**

- **Năng lực tự chủ và tự học:** Học sinh có ý thức chủ động trong tập luyện, học tập, biết xem tranh ảnh trong sách giáo khoa phục vụ ND bài học, tự điều chỉnh tình cảm thái độ, hành vi của bản thân.

- **Năng lực giao tiếp và hợp tác**: Có ý thức lắng nghe, phản hồi tích cực trong quá trình học tập, xác định được mục đích nội dung, phương tiện, và thái độ giao tiếp, xác định được mục đích và phương thức hợp tác. Học sinh trình bày được sản phẩm học tập tương tác và hợp tác với bạn học.

- **Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo**:Học sinh thực hiện được các nhiệm vụ học tập, bài tập và trò chơi vận động theo yêu cầu của giáo viên.

**3. Về phẩm chất.**

- **Chăm chỉ:** Học sinh chủ động hoàn thành lượng vận động của bài tập, tích cực tham gia trò chơi vận động, luôn có ý thúc vươn lên đạt kết quả tốt trong học tập.

- **Nhân ái:** Học sinh có ý thức tôn trọng ý kiến của các thành viên trong nhóm khi hợp tác, gúp đỡ lẫn nhau trong khi tập luyện. Yêu quý và tôn trọng sự khác biệt giữa mọi người,

- **Trách nhiệm:** Học sinh có trách nhiệm với bản thân. Có trách nhiệm với môi trường sống. có trách nhiệm hoàn thành nội dung tập luyện.

- **Trung thực:** Học sinh tự giác tham gia đầy đủ các hoạt động học tập và hoàn thiện nhiệm vụ vận động.

# II. Thiết bị dạy học và học liệu.

# *+ Chuấn bị của giáo viên:* Trang phục gọn gàng, Kế hoạch bài dạy, Còi, quả cầu lông, vượt, tranh ảnh*.*

# *+ Chuẩn bị của học sinh:* Trang phục (giày TT), sách giáo khoa phù hợp với tiết học.

**III. Tiến trình dạy và học.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1. Hoạt động 1: Mở đầu (10** phút) | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:** Tiếp nhận ban đầu về nội dung học tập; Hoàn thành LVĐ khởi động  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Học sinh tiếp nhận được về nội dung học tập;  - SP2: Học sinh chuyển được trạng thái cơ thể hoạt động bình thường sang trạng thái vào hoạt động cao hơn. | | | | | | |
| **Nội dung** | | **LVĐ** | **Tổ chức thực hiện** | | | |
| **Hoạt động của Gv** | | **Hoạt động của HS** | |
| \* Nhận lớp. - Kiểm tra sĩ số, dụng cụ, sân tập, hỏi thăm tình hình sức khỏe học sinh.  - Phổ biến nội dung và mục tiêu bài học  **\* Khởi động chung:**  - Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân.  - Xoay các khớp:  ( Cổ tay cổ chân, khớp khuỷu tay, khớp bả vai, khớp hông, khớp gối. )  - Ép dọc ép ngang.  **\* Khởi động CM:**  - Chạy tại chỗ.  - Cúi gập đánh tay .  - Xoay và lắc cổ tay với vượt.  - Suy nghĩ và trả lời câu hỏi sau:  ? Em hãy lên thực kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải. | | 1Vòng  2l x 8n  2l x 8n  1- 2 lần  1- 2 lần  2l x 8n  1 lần | ***Bước 1: GV giao nhiệm vụ:***  -GV nhận lớp, kiểm tra sức khỏe học sinh, phổ biến nội dung và mục tiêu bài học.    - Gv di chuyển, quan sát và chỉ dẫn đôn đốc học sinh.  - Gv dùng tín hiệu còi hoặc vỗ tay nhanh dần điều  - Gv gọi 1 -2 em lên thực hiện.  ***Bước 4: GV kết luận, nhận định:***  - GV GV sử dụng PP trực quan và PP lời nói  (SP1): Đánh giá qua quan sát | | ***Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ:***  - Cán sự lớp tập hợp lớp theo đội hình 4 hàng ngang, báo cáo sĩ số.  - HS quan sát, lắng nghe nội dung và mục tiêu giờ học. - Đội hình nhận lớp.- Hs chạy nhẹ nhàng, quan sát địa hình, nghiêm túc. - Cả lớp thực hiện theo nhịp hô của cán sự.  - Đội hình khởi động.    - Cả lớp thực hiện đồng loạt theo hiệu lệnh (tiếng vỗ tay nhanh dần điều của Gv)  - Đội hình khởi động CM    - Học sinh lên thực hiện kĩ thuật động tác  ***Bước 3; Tổ chức báo cáo.***  - Cán sự lớp báo cáo kết quả hoàn thành lượng vận động khởi động.  - Hs nhận xét khả năng thực hiện động tác của bạn. | |
| **2. Hoạt động 2: Hình thành kiến thức mới (0 phút)** | | | | | | |
| **3. Hoạt động 3: Luyện tập (20 phút)** | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Biết một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái;  - Học sinh biết kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải.  **\* Sản phẩm:**  - Sp1: Thực hiện đúng một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái.  - Sp2: Học sinh thực hiện đúng kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải. | | | | | | |
| \* Thực hiện luyện tập:  - Một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái  - Kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải    . | | **12 phút**  6 - 8Lần | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV hướng dẫn và tổ chức học sinh tập luyện lần lượt các bài tập theo hình thức nhóm đồng loạt, chia nhóm và lưu ý những sai sót thường gặp và cách sửa sai.  - Giáo viên cho 2 học sinh đánh cầu qua lại cho nhau ngoài sân cầu lông và đồng thời luân phiên cho 2 học sinh vào trong sân cầu lông đánh cầu qua lưới 2 - 3 lần sau đấy về vị trí ngoài sân tiếp túc tập luyện.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí:  + Đạt: Thực hiện được kĩ thuật động tác  + Chưa đạt: Thực hiện chưa đúng kĩ thuật | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - Tập luyện đồng loạt:  + Hs thành 3 - 4 hàng ngang thực hiện 8 - 10 lần các bước di chuyển.  + Đội hình tập luyện bổ trợ    - Tập luyện nhóm cặp đôi luân phiên.  + 1 học sinh làm nhóm trưởng điều hành lần lượt cho các bạn trong nhóm tập luyện.  +Lần lượt 2 học sinh vào sân thực hiện.  + Đội hình nhóm 1 tập luyện trong sân cầu lông    - Đội hình nhóm 2 tập luyện ngoài sân cầu lông.  x x x x x x  x x x x x x ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - GV chọn một HS thực hiện đúng, một học sinh thực hiện chưa đúng. GV gợi ý để HS nhận xét và GV đưa ra kết luận. | | |
| **4. Hoạt động 4: Vận dụng (10phút)** | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biết vận dụng chơi trò chơi.  - Biết kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải.  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Số được hiệp thực hiện nhanh nhất của 2 đội.  - SP2: Thực hiện đúng kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải.... | | | | | | |
| - Thực hiện trò chơi “Bật nhảy bằng 2 chân đến đích  - Suy nghĩ và trả lời câu hỏi sau:  ? Em hãy thực hiện kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải.. | 3 hiệp  1L | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV chia lớp thành 02 đội bằng nhau. Giáo viên phổ biến nội dung trò chơi, cách chơi luật chơi và tổ chức trò chơi.  - Gv gọi 1 -2 em lên thực hiện.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  - GV đánh giá thông qua kết quả của mỗi đội, đội nào có số hiệp thực hiện nhanh nhất thì xếp trên, tuyên dương và nghe phản hồi từ HS.  - GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí:  - Đạt: Thực hiện được kĩ thuật động tác  - Chưa đạt: Thực hiện chưa đúng kĩ thuật động tác | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS quan sát, lắng nghe và thực hiện trò chơi  - Học sinh chơi trò chơi nhiệt tình đoàn kết.  - Đội hình trò chơi.  IMG_20210809_215649  - Học sinh lên thực hiện kĩ thuật động tác  ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - HS báo các kết quả thực hiện trò chơi  - Hs nhận xét khả năng thực hiện động tác của bạn. |
| **5. Hoạt động: Kết thúc (5phút)** | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biêt cách đưa cơ thể về trạng thái ban đầu.  - Học sinh biêt cách định hướng tự học và luyện tập ở nhà  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Cơ thể được hồi phục sau luyện tập.  - SP2: Phẩm chất, năng lực hình thành ở HS. | | | | | | |
| **\* Hồi tĩnh:**  - Thả lỏng cơ toàn thân  (nên sử dụng âm nhạc làm nền khi học sinh thả lỏng)  **\* Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà:**  - Ưu điểm; Hạn chế cần khắc phục  - Hướng dẫn tập luyện ở nhà  **\* Xuống lớp:** | 3 phút  2 phút | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - Hướng dẫn HS thực hiện thả lỏng; nhận xét giờ học  - Hướng dẫn HS sử dụng SGK để tự tập luyện (buổi học sau mời 1 - 2 HS thực hiện kĩ thuật động tác). | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh  - HS chú ý lắng nghe.  - HS tiếp nhận bài tập của GV: Tự tập luyện ngoài giờ, các tình huống vận dụng. |

* Rút kinh nghiệm:

|  |  |
| --- | --- |
| ……………………………………….. | Kí duyệt, |
| ……………………………………….. |  |

Ngày soạn:6/12/2023

Ngày dạy:

**CHỦ ĐỀ: CẦU LÔNG**

**Tiết 30 - Bài 3: Kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải**

- Một số bài tập bổ trở; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái.

- Ôn tập kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải.

- Trò chơi: Chạy trao vượt tiếp sức’’.

**I. Mục tiêu bài học**

# 1. Về kiến thức:

- Học sinh biết và thực hiện được một số bài tập bổ trợ; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái biết và thực hiện đúng kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải; Trò chơi: Chạy trao vượt tiếp sức’’.

**2. Về năng lực:**

# 2.1 Năng lực đặc thù.

- **Năng lực vận động cơ bản:** Học sinh thực hiện được một số bài tập bổ trợ ; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái ; biết và thực hiện kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải. Trò chơi: Chạy trao vượt tiếp sức’’.

- **Năng lực hoạt động TDTT**: Học sinh lựa chọn được và thường xuyên tập luyện nội dung bài học phù hợp để nâng cao sức khoẻ. Học sinh tham gia tốt trò chơi.

**2.2 Năng lực chung.**

- **Năng lực tự chủ và tự học:** Học sinh có ý thức chủ động trong tập luyện, học tập, biết xem tranh ảnh trong sách giáo khoa phục vụ ND bài học, tự điều chỉnh tình cảm thái độ, hành vi của bản thân.

- **Năng lực giao tiếp và hợp tác**: Có ý thức lắng nghe, phản hồi tích cực trong quá trình học tập, xác định được mục đích nội dung, phương tiện, và thái độ giao tiếp, xác định được mục đích và phương thức hợp tác. Học sinh trình bày được sản phẩm học tập tương tác và hợp tác với bạn học.

- **Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo**:Học sinh thực hiện được các nhiệm vụ học tập, bài tập và trò chơi vận động theo yêu cầu của giáo viên.

**3. Về phẩm chất.**

- **Chăm chỉ:** Học sinh chủ động hoàn thành lượng vận động của bài tập, tích cực tham gia trò chơi vận động, luôn có ý thúc vươn lên đạt kết quả tốt trong học tập.

- **Nhân ái:** Học sinh có ý thức tôn trọng ý kiến của các thành viên trong nhóm khi hợp tác, gúp đỡ lẫn nhau trong khi tập luyện. Yêu quý và tôn trọng sự khác biệt giữa mọi người,

- **Trách nhiệm:** Học sinh có trách nhiệm với bản thân. Có trách nhiệm với môi trường sống. có trách nhiệm hoàn thành nội dung tập luyện.

- **Trung thực:** Học sinh tự giác tham gia đầy đủ các hoạt động học tập và hoàn thiện nhiệm vụ vận động.

# II. Thiết bị dạy học và học liệu.

# *+ Chuấn bị của giáo viên:* Trang phục gọn gàng, Kế hoạch bài dạy, Còi, quả cầu lông, vượt, tranh ảnh*.*

# *+ Chuẩn bị của học sinh:* Trang phục (giày TT), sách giáo khoa phù hợp với tiết học.

**III. Tiến trình dạy và học.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1. Hoạt động 1: Mở đầu (10** phút) | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:** Tiếp nhận ban đầu về nội dung học tập; Hoàn thành LVĐ khởi động  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Học sinh tiếp nhận được về nội dung học tập;  - SP2: Học sinh chuyển được trạng thái cơ thể hoạt động bình thường sang trạng thái vào hoạt động cao hơn. | | | | | | |
| **Nội dung** | | **LVĐ** | **Tổ chức thực hiện** | | | |
| **Hoạt động của Gv** | | **Hoạt động của HS** | |
| \* Nhận lớp. - Kiểm tra sĩ số, dụng cụ, sân tập, hỏi thăm tình hình sức khỏe học sinh.  - Phổ biến nội dung và mục tiêu bài học  **\* Khởi động chung:**  - Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân.  - Xoay các khớp:  ( Cổ tay cổ chân, khớp khuỷu tay, khớp bả vai, khớp hông, khớp gối. )  - Ép dọc ép ngang.  **\* Khởi động CM:**  - Chạy tại chỗ.  - Cúi gập đánh tay .  - Xoay và lắc cổ tay với vượt.  - Suy nghĩ và trả lời câu hỏi sau:  ? Em hãy lên thực kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải. | | 1Vòng  2l x 8n  2l x 8n  1- 2 lần  1- 2 lần  2l x 8n  1 lần | ***Bước 1: GV giao nhiệm vụ:***  -GV nhận lớp, kiểm tra sức khỏe học sinh, phổ biến nội dung và mục tiêu bài học.    - Gv di chuyển, quan sát và chỉ dẫn đôn đốc học sinh.  - Gv dùng tín hiệu còi hoặc vỗ tay nhanh dần điều  - Gv gọi 1 -2 em lên thực hiện.  ***Bước 4: GV kết luận, nhận định:***  - GV GV sử dụng PP trực quan và PP lời nói  (SP1): Đánh giá qua quan sát | | ***Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ:***  - Cán sự lớp tập hợp lớp theo đội hình 4 hàng ngang, báo cáo sĩ số.  - HS quan sát, lắng nghe nội dung và mục tiêu giờ học. - Đội hình nhận lớp.- Hs chạy nhẹ nhàng, quan sát địa hình, nghiêm túc. - Cả lớp thực hiện theo nhịp hô của cán sự.  - Đội hình khởi động.    - Cả lớp thực hiện đồng loạt theo hiệu lệnh (tiếng vỗ tay nhanh dần điều của Gv)  - Đội hình khởi động CM    - Học sinh lên thực hiện kĩ thuật động tác  ***Bước 3; Tổ chức báo cáo.***  - Cán sự lớp báo cáo kết quả hoàn thành lượng vận động khởi động.  - Hs nhận xét khả năng thực hiện động tác của bạn. | |
| **2. Hoạt động 2: Hình thành kiến thức mới (0 phút)** | | | | | | |
| **3. Hoạt động 3: Luyện tập (20 phút)** | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Biết một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái;  - Học sinh biết kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải.  **\* Sản phẩm:**  - Sp1: Thực hiện đúng một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái.  - Sp2: Học sinh thực hiện đúng kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải. | | | | | | |
| \* Thực hiện luyện tập:  - Một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái  - Kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải    . | | **12 phút**  6 - 8Lần | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV hướng dẫn và tổ chức học sinh tập luyện lần lượt các bài tập theo hình thức nhóm đồng loạt, chia nhóm và lưu ý những sai sót thường gặp và cách sửa sai.  - Giáo viên cho 2 học sinh đánh cầu qua lại cho nhau ngoài sân cầu lông và đồng thời luân phiên cho 2 học sinh vào trong sân cầu lông đánh cầu qua lưới 2 - 3 lần sau đấy về vị trí ngoài sân tiếp túc tập luyện.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí:  + Đạt: Thực hiện được kĩ thuật động tác  + Chưa đạt: Thực hiện chưa đúng kĩ thuật | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - Tập luyện đồng loạt:  + Hs thành 3 - 4 hàng ngang thực hiện 8 - 10 lần các bước di chuyển  + Hs thực hiện mô phỏng không cầu 6 – 8 lần theo hiệu lệnh của giáo viên.  + Đội hình tập luyện bổ trợ,tập không cầu    - Tập luyện nhóm cặp đôi luân phiên.  + 1 học sinh làm nhóm trưởng điều hành lần lượt cho các bạn trong nhóm tập luyện.  +Lần lượt 2 học sinh vào sân thực hiện.  + Đội hình nhóm 1 tập luyện trong sân cầu lông    - Đội hình nhóm 2 tập luyện ngoài sân cầu lông.  x x x x x x  x x x x x x ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - GV chọn một HS thực hiện đúng, một học sinh thực hiện chưa đúng. GV gợi ý để HS nhận xét và GV đưa ra kết luận. | | |
| **4. Hoạt động 4: Vận dụng (10phút)** | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biết vận dụng chơi trò chơi.  - Biết kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải.  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Số được hiệp thực hiện nhanh nhất của 2 đội.  - SP2: Thực hiện đúng kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải.... | | | | | | |
| - Thực hiện trò chơi “Chạy trao vượt tiếp sức’’  - Suy nghĩ và trả lời câu hỏi sau:  ? Em hãy thực hiện kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải.. | 3 hiệp  1L | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV chia lớp thành 02 đội bằng nhau. Giáo viên phổ biến nội dung trò chơi, cách chơi luật chơi và tổ chức trò chơi.  - Gv gọi 1 -2 em lên thực hiện.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  - GV đánh giá thông qua kết quả của mỗi đội, đội nào có số hiệp thực hiện nhanh nhất thì xếp trên, tuyên dương và nghe phản hồi từ HS.  - GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí:  - Đạt: Thực hiện được kĩ thuật động tác  - Chưa đạt: Thực hiện chưa đúng kĩ thuật động tác | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS quan sát, lắng nghe và thực hiện trò chơi  - Học sinh chơi trò chơi nhiệt tình đoàn kết.  - Đội hình trò chơi.  a28  - Học sinh lên thực hiện kĩ thuật động tác  ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - HS báo các kết quả thực hiện trò chơi  - Hs nhận xét khả năng thực hiện động tác của bạn. |
| **5. Hoạt động: Kết thúc (5phút)** | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biêt cách đưa cơ thể về trạng thái ban đầu.  - Học sinh biêt cách định hướng tự học và luyện tập ở nhà  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Cơ thể được hồi phục sau luyện tập.  - SP2: Phẩm chất, năng lực hình thành ở HS. | | | | | | |
| **\* Hồi tĩnh:**  - Thả lỏng cơ toàn thân  (nên sử dụng âm nhạc làm nền khi học sinh thả lỏng)  **\* Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà:**  - Ưu điểm; Hạn chế cần khắc phục  - Hướng dẫn tập luyện ở nhà  **\* Xuống lớp:** | 3 phút  2 phút | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - Hướng dẫn HS thực hiện thả lỏng; nhận xét giờ học  - Hướng dẫn HS sử dụng SGK để tự tập luyện (buổi học sau mời 1 - 2 HS thực hiện kĩ thuật động tác). | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh  - HS chú ý lắng nghe.  - HS tiếp nhận bài tập của GV: Tự tập luyện ngoài giờ, các tình huống vận dụng. |

* Rút kinh nghiệm:

|  |  |
| --- | --- |
| ……………………………………….. | Kí duyệt, |
| ……………………………………….. |  |

Ngày soạn:13/12/2023

Ngày dạy:

**CHỦ ĐỀ: CẦU LÔNG**

**Tiết 31 - Bài 3: Kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải**

- Một số bài tập bổ trở; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái.

- Ôn tập kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải.

- Trò chơi: Chạy trao vượt tiếp sức’’.

**I. Mục tiêu bài học**

# 1. Về kiến thức:

- Học sinh biết và thực hiện được một số bài tập bổ trợ; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái biết và thực hiện đúng kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải; Trò chơi: Chạy trao vượt tiếp sức’’.

**2. Về năng lực:**

# 2.1 Năng lực đặc thù.

- **Năng lực vận động cơ bản:** Học sinh thực hiện được một số bài tập bổ trợ ; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái ; biết và thực hiện kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải. Trò chơi: Chạy trao vượt tiếp sức’’.

- **Năng lực hoạt động TDTT**: Học sinh lựa chọn được và thường xuyên tập luyện nội dung bài học phù hợp để nâng cao sức khoẻ. Học sinh tham gia tốt trò chơi.

**2.2 Năng lực chung.**

- **Năng lực tự chủ và tự học:** Học sinh có ý thức chủ động trong tập luyện, học tập, biết xem tranh ảnh trong sách giáo khoa phục vụ ND bài học, tự điều chỉnh tình cảm thái độ, hành vi của bản thân.

- **Năng lực giao tiếp và hợp tác**: Có ý thức lắng nghe, phản hồi tích cực trong quá trình học tập, xác định được mục đích nội dung, phương tiện, và thái độ giao tiếp, xác định được mục đích và phương thức hợp tác. Học sinh trình bày được sản phẩm học tập tương tác và hợp tác với bạn học.

- **Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo**:Học sinh thực hiện được các nhiệm vụ học tập, bài tập và trò chơi vận động theo yêu cầu của giáo viên.

**3. Về phẩm chất.**

- **Chăm chỉ:** Học sinh chủ động hoàn thành lượng vận động của bài tập, tích cực tham gia trò chơi vận động, luôn có ý thúc vươn lên đạt kết quả tốt trong học tập.

- **Nhân ái:** Học sinh có ý thức tôn trọng ý kiến của các thành viên trong nhóm khi hợp tác, gúp đỡ lẫn nhau trong khi tập luyện. Yêu quý và tôn trọng sự khác biệt giữa mọi người,

- **Trách nhiệm:** Học sinh có trách nhiệm với bản thân. Có trách nhiệm với môi trường sống. có trách nhiệm hoàn thành nội dung tập luyện.

- **Trung thực:** Học sinh tự giác tham gia đầy đủ các hoạt động học tập và hoàn thiện nhiệm vụ vận động.

# II. Thiết bị dạy học và học liệu.

# *+ Chuấn bị của giáo viên:* Trang phục gọn gàng, Kế hoạch bài dạy, Còi, quả cầu lông, vượt, tranh ảnh*.*

# *+ Chuẩn bị của học sinh:* Trang phục (giày TT), sách giáo khoa phù hợp với tiết học.

**III. Tiến trình dạy và học.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1. Hoạt động 1: Mở đầu (10** phút) | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:** Tiếp nhận ban đầu về nội dung học tập; Hoàn thành LVĐ khởi động  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Học sinh tiếp nhận được về nội dung học tập;  - SP2: Học sinh chuyển được trạng thái cơ thể hoạt động bình thường sang trạng thái vào hoạt động cao hơn. | | | | | | |
| **Nội dung** | | **LVĐ** | **Tổ chức thực hiện** | | | |
| **Hoạt động của Gv** | | **Hoạt động của HS** | |
| \* Nhận lớp. - Kiểm tra sĩ số, dụng cụ, sân tập, hỏi thăm tình hình sức khỏe học sinh.  - Phổ biến nội dung và mục tiêu bài học  **\* Khởi động chung:**  - Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân.  - Xoay các khớp:  ( Cổ tay cổ chân, khớp khuỷu tay, khớp bả vai, khớp hông, khớp gối. )  - Ép dọc ép ngang.  **\* Khởi động CM:**  - Chạy tại chỗ.  - Cúi gập đánh tay .  - Xoay và lắc cổ tay với vượt.  - Suy nghĩ và trả lời câu hỏi sau:  ? Em hãy lên thực kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải. | | 1Vòng  2l x 8n  2l x 8n  1- 2 lần  1- 2 lần  2l x 8n  1 lần | ***Bước 1: GV giao nhiệm vụ:***  -GV nhận lớp, kiểm tra sức khỏe học sinh, phổ biến nội dung và mục tiêu bài học.    - Gv di chuyển, quan sát và chỉ dẫn đôn đốc học sinh.  - Gv dùng tín hiệu còi hoặc vỗ tay nhanh dần điều  - Gv gọi 1 -2 em lên thực hiện.  ***Bước 4: GV kết luận, nhận định:***  - GV GV sử dụng PP trực quan và PP lời nói  (SP1): Đánh giá qua quan sát | | ***Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ:***  - Cán sự lớp tập hợp lớp theo đội hình 4 hàng ngang, báo cáo sĩ số.  - HS quan sát, lắng nghe nội dung và mục tiêu giờ học. - Đội hình nhận lớp.- Hs chạy nhẹ nhàng, quan sát địa hình, nghiêm túc. - Cả lớp thực hiện theo nhịp hô của cán sự.  - Đội hình khởi động.    - Cả lớp thực hiện đồng loạt theo hiệu lệnh (tiếng vỗ tay nhanh dần điều của Gv)  - Đội hình khởi động CM    - Học sinh lên thực hiện kĩ thuật động tác  ***Bước 3; Tổ chức báo cáo.***  - Cán sự lớp báo cáo kết quả hoàn thành lượng vận động khởi động.  - Hs nhận xét khả năng thực hiện động tác của bạn. | |
| **2. Hoạt động 2: Hình thành kiến thức mới (0 phút)** | | | | | | |
| **3. Hoạt động 3: Luyện tập (20 phút)** | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Biết một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái;  - Học sinh biết kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải.  **\* Sản phẩm:**  - Sp1: Thực hiện đúng một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái.  - Sp2: Học sinh thực hiện đúng kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải. | | | | | | |
| \* Thực hiện luyện tập:  - Một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái  - Kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải    . | | **12 phút**  6 - 8Lần | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV hướng dẫn và tổ chức học sinh tập luyện lần lượt các bài tập theo hình thức nhóm đồng loạt, chia nhóm và lưu ý những sai sót thường gặp và cách sửa sai.  - Giáo viên cho 2 học sinh đánh cầu qua lại cho nhau ngoài sân cầu lông và đồng thời luân phiên cho 2 học sinh vào trong sân cầu lông đánh cầu qua lưới 2 - 3 lần sau đấy về vị trí ngoài sân tiếp túc tập luyện.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí:  + Đạt: Thực hiện được kĩ thuật động tác  + Chưa đạt: Thực hiện chưa đúng kĩ thuật | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - Tập luyện đồng loạt:  + Hs thành 3 - 4 hàng ngang thực hiện 8 - 10 lần các bước di chuyển  + Hs thực hiện mô phỏng không cầu 6 – 8 lần theo hiệu lệnh của giáo viên.  + Đội hình tập luyện bổ trợ,tập không cầu    - Tập luyện nhóm cặp đôi luân phiên.  + 1 học sinh làm nhóm trưởng điều hành lần lượt cho các bạn trong nhóm tập luyện.  +Lần lượt 2 học sinh vào sân thực hiện.  + Đội hình nhóm 1 tập luyện trong sân cầu lông    - Đội hình nhóm 2 tập luyện ngoài sân cầu lông.  x x x x x x  x x x x x x ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - GV chọn một HS thực hiện đúng, một học sinh thực hiện chưa đúng. GV gợi ý để HS nhận xét và GV đưa ra kết luận. | | |
| **4. Hoạt động 4: Vận dụng (10phút)** | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biết vận dụng chơi trò chơi.  - Biết kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải.  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Số được hiệp thực hiện nhanh nhất của 2 đội.  - SP2: Thực hiện đúng kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải.... | | | | | | |
| - Thực hiện trò chơi “Chạy trao vượt tiếp sức’’  - Suy nghĩ và trả lời câu hỏi sau:  ? Em hãy thực hiện kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải.. | 3 hiệp  1L | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV chia lớp thành 02 đội bằng nhau. Giáo viên phổ biến nội dung trò chơi, cách chơi luật chơi và tổ chức trò chơi.  - Gv gọi 1 -2 em lên thực hiện.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  - GV đánh giá thông qua kết quả của mỗi đội, đội nào có số hiệp thực hiện nhanh nhất thì xếp trên, tuyên dương và nghe phản hồi từ HS.  - GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí:  - Đạt: Thực hiện được kĩ thuật động tác  - Chưa đạt: Thực hiện chưa đúng kĩ thuật động tác | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS quan sát, lắng nghe và thực hiện trò chơi  - Học sinh chơi trò chơi nhiệt tình đoàn kết.  - Đội hình trò chơi.  Description: a28  - Học sinh lên thực hiện kĩ thuật động tác  ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - HS báo các kết quả thực hiện trò chơi  - Hs nhận xét khả năng thực hiện động tác của bạn. |
| **5. Hoạt động: Kết thúc (5phút)** | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biêt cách đưa cơ thể về trạng thái ban đầu.  - Học sinh biêt cách định hướng tự học và luyện tập ở nhà  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Cơ thể được hồi phục sau luyện tập.  - SP2: Phẩm chất, năng lực hình thành ở HS. | | | | | | |
| **\* Hồi tĩnh:**  - Thả lỏng cơ toàn thân  (nên sử dụng âm nhạc làm nền khi học sinh thả lỏng)  **\* Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà:**  - Ưu điểm; Hạn chế cần khắc phục  - Hướng dẫn tập luyện ở nhà  **\* Xuống lớp:** | 3 phút  2 phút | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - Hướng dẫn HS thực hiện thả lỏng; nhận xét giờ học  - Hướng dẫn HS sử dụng SGK để tự tập luyện (buổi học sau mời 1 - 2 HS thực hiện kĩ thuật động tác). | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh  - HS chú ý lắng nghe.  - HS tiếp nhận bài tập của GV: Tự tập luyện ngoài giờ, các tình huống vận dụng. |

* Rút kinh nghiệm:

|  |  |
| --- | --- |
| ……………………………………….. | Kí duyệt, |
| ……………………………………….. |  |

Ngày soạn: 13/12/2023

Ngày dạy:

**TTTC: CẦU LÔNG**

**Tiết 32 - Bài 3: Kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải**

- Một số bài tập bổ trở; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái.

- Ôn tập kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải.

- Trò chơi: Chạy tiến lùi tiếp sức’’.

**I. Mục tiêu bài học**

# 1. Về kiến thức:

- Học sinh biết và thực hiện được một số bài tập bổ trợ; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái biết và thực hiện đúng kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải; Trò chơi: Chạy tiến lùi tiếp sức’’.

**2. Về năng lực:**

# 2.1 Năng lực đặc thù.

- **Năng lực vận động cơ bản:** Học sinh thực hiện được một số bài tập bổ trợ ; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái ; biết và thực hiện kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải. Trò chơi: Chạy tiến lùi tiếp sức’’.

- **Năng lực hoạt động TDTT**: Học sinh lựa chọn được và thường xuyên tập luyện nội dung bài học phù hợp để nâng cao sức khoẻ. Học sinh tham gia tốt trò chơi.

**2.2 Năng lực chung.**

- **Năng lực tự chủ và tự học:** Học sinh có ý thức chủ động trong tập luyện, học tập, biết xem tranh ảnh trong sách giáo khoa phục vụ ND bài học, tự điều chỉnh tình cảm thái độ, hành vi của bản thân.

- **Năng lực giao tiếp và hợp tác**: Có ý thức lắng nghe, phản hồi tích cực trong quá trình học tập, xác định được mục đích nội dung, phương tiện, và thái độ giao tiếp, xác định được mục đích và phương thức hợp tác. Học sinh trình bày được sản phẩm học tập tương tác và hợp tác với bạn học.

- **Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo**:Học sinh thực hiện được các nhiệm vụ học tập, bài tập và trò chơi vận động theo yêu cầu của giáo viên.

**3. Về phẩm chất.**

- **Chăm chỉ:** Học sinh chủ động hoàn thành lượng vận động của bài tập, tích cực tham gia trò chơi vận động, luôn có ý thúc vươn lên đạt kết quả tốt trong học tập.

- **Nhân ái:** Học sinh có ý thức tôn trọng ý kiến của các thành viên trong nhóm khi hợp tác, gúp đỡ lẫn nhau trong khi tập luyện. Yêu quý và tôn trọng sự khác biệt giữa mọi người,

- **Trách nhiệm:** Học sinh có trách nhiệm với bản thân. Có trách nhiệm với môi trường sống. có trách nhiệm hoàn thành nội dung tập luyện.

- **Trung thực:** Học sinh tự giác tham gia đầy đủ các hoạt động học tập và hoàn thiện nhiệm vụ vận động.

# II. Thiết bị dạy học và học liệu.

# *+ Chuấn bị của giáo viên:* Trang phục gọn gàng, Kế hoạch bài dạy, Còi, quả cầu lông, vượt, tranh ảnh*.*

# *+ Chuẩn bị của học sinh:* Trang phục (giày TT), sách giáo khoa phù hợp với tiết học.

**III. Tiến trình dạy và học.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1. Hoạt động 1: Mở đầu (10** phút) | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:** Tiếp nhận ban đầu về nội dung học tập; Hoàn thành LVĐ khởi động  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Học sinh tiếp nhận được về nội dung học tập;  - SP2: Học sinh chuyển được trạng thái cơ thể hoạt động bình thường sang trạng thái vào hoạt động cao hơn. | | | | | | |
| **Nội dung** | | **LVĐ** | **Tổ chức thực hiện** | | | |
| **Hoạt động của Gv** | | **Hoạt động của HS** | |
| \* Nhận lớp. - Kiểm tra sĩ số, dụng cụ, sân tập, hỏi thăm tình hình sức khỏe học sinh.  - Phổ biến nội dung và mục tiêu bài học  **\* Khởi động chung:**  - Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân.  - Xoay các khớp:  ( Cổ tay cổ chân, khớp khuỷu tay, khớp bả vai, khớp hông, khớp gối. )  - Ép dọc ép ngang.  **\* Khởi động CM:**  - Chạy tại chỗ.  - Cúi gập đánh tay .  - Xoay và lắc cổ tay với vượt.  - Suy nghĩ và trả lời câu hỏi sau:  ? Em hãy lên thực kĩ thuật phát cầu thuận tay | | 1Vòng  2l x 8n  2l x 8n  1- 2 lần  1- 2 lần  2l x 8n  1 lần | ***Bước 1: GV giao nhiệm vụ:***  -GV nhận lớp, kiểm tra sức khỏe học sinh, phổ biến nội dung và mục tiêu bài học.    - Gv di chuyển, quan sát và chỉ dẫn đôn đốc học sinh.  - Gv dùng tín hiệu còi hoặc vỗ tay nhanh dần điều  - Gv gọi 1 -2 em lên thực hiện.  ***Bước 4: GV kết luận, nhận định:***  - GV GV sử dụng PP trực quan và PP lời nói  (SP1): Đánh giá qua quan sát | | ***Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ:***  - Cán sự lớp tập hợp lớp theo đội hình 4 hàng ngang, báo cáo sĩ số.  - HS quan sát, lắng nghe nội dung và mục tiêu giờ học. - Đội hình nhận lớp.- Hs chạy nhẹ nhàng, quan sát địa hình, nghiêm túc. - Cả lớp thực hiện theo nhịp hô của cán sự.  - Đội hình khởi động.    - Cả lớp thực hiện đồng loạt theo hiệu lệnh (tiếng vỗ tay nhanh dần điều của Gv)  - Đội hình khởi động CM    - Học sinh lên thực hiện kĩ thuật động tác  ***Bước 3; Tổ chức báo cáo.***  - Cán sự lớp báo cáo kết quả hoàn thành lượng vận động khởi động.  - Hs nhận xét khả năng thực hiện động tác của bạn. | |
| **2. Hoạt động 2: Hình thành kiến thức mới (0 phút)** | | | | | | |
| **3. Hoạt động 3: Luyện tập (20 phút)** | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Biết một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái;  - Học sinh biết kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải.  **\* Sản phẩm:**  - Sp1: Thực hiện đúng một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái.  - Sp2: Học sinh thực hiện đúng kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải. | | | | | | |
| \* Thực hiện luyện tập:  - Một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái  - Kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải    . | | **12 phút**  6 - 8Lần | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV hướng dẫn và tổ chức học sinh tập luyện lần lượt các bài tập theo hình thức nhóm đồng loạt, chia nhóm và lưu ý những sai sót thường gặp và cách sửa sai.  - Giáo viên cho 2 học sinh đánh cầu qua lại cho nhau ngoài sân cầu lông và đồng thời luân phiên cho 2 học sinh vào trong sân cầu lông đánh cầu qua lưới 2 - 3 lần sau đấy về vị trí ngoài sân tiếp túc tập luyện.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí:  + Đạt: Thực hiện được kĩ thuật động tác  + Chưa đạt: Thực hiện chưa đúng kĩ thuật | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - Tập luyện đồng loạt:  + Hs thành 3 - 4 hàng ngang thực hiện 8 - 10 lần các bước di chuyển  + Hs thực hiện mô phỏng không cầu 6 – 8 lần theo hiệu lệnh của giáo viên.  + Đội hình tập luyện bổ trợ,tập không cầu    - Tập luyện nhóm cặp đôi luân phiên.  + 1 học sinh làm nhóm trưởng điều hành lần lượt cho các bạn trong nhóm tập luyện.  +Lần lượt 2 học sinh vào sân thực hiện.  + Đội hình nhóm 1 tập luyện trong sân cầu lông    - Đội hình nhóm 2 tập luyện ngoài sân cầu lông.  x x x x x x  x x x x x x ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - GV chọn một HS thực hiện đúng, một học sinh thực hiện chưa đúng. GV gợi ý để HS nhận xét và GV đưa ra kết luận. | | |
| **4. Hoạt động 4: Vận dụng (10phút)** | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biết vận dụng chơi trò chơi.  - Biết kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải.  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Số được hiệp thực hiện nhanh nhất của 2 đội.  - SP2: Thực hiện đúng kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải.... | | | | | | |
| - Thực hiện trò chơi “Chạy tiến lùi tiếp sức’’  - Suy nghĩ và trả lời câu hỏi sau:  ? Em hãy thực hiện kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải.. | 3 hiệp  1L | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV chia lớp thành 02 đội bằng nhau. Giáo viên phổ biến nội dung trò chơi, cách chơi luật chơi và tổ chức trò chơi.  - Gv gọi 1 -2 em lên thực hiện.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  - GV đánh giá thông qua kết quả của mỗi đội, đội nào có số hiệp thực hiện nhanh nhất thì xếp trên, tuyên dương và nghe phản hồi từ HS.  - GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí:  - Đạt: Thực hiện được kĩ thuật động tác  - Chưa đạt: Thực hiện chưa đúng kĩ thuật động tác | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS quan sát, lắng nghe và thực hiện trò chơi  - Học sinh chơi trò chơi nhiệt tình đoàn kết.  - Đội hình trò chơi.  Description: IMG_20210814_210238  - Học sinh lên thực hiện kĩ thuật động tác  ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - HS báo các kết quả thực hiện trò chơi  - Hs nhận xét khả năng thực hiện động tác của bạn. |
| **5. Hoạt động: Kết thúc (5phút)** | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biêt cách đưa cơ thể về trạng thái ban đầu.  - Học sinh biêt cách định hướng tự học và luyện tập ở nhà  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Cơ thể được hồi phục sau luyện tập.  - SP2: Phẩm chất, năng lực hình thành ở HS. | | | | | | |
| **\* Hồi tĩnh:**  - Thả lỏng cơ toàn thân  (nên sử dụng âm nhạc làm nền khi học sinh thả lỏng)  **\* Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà:**  - Ưu điểm; Hạn chế cần khắc phục  - Hướng dẫn tập luyện ở nhà  **\* Xuống lớp:** | 3 phút  2 phút | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - Hướng dẫn HS thực hiện thả lỏng; nhận xét giờ học  - Hướng dẫn HS sử dụng SGK để tự tập luyện (buổi học sau mời 1 - 2 HS thực hiện kĩ thuật động tác). | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh  - HS chú ý lắng nghe.  - HS tiếp nhận bài tập của GV: Tự tập luyện ngoài giờ, các tình huống vận dụng. |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Mục tiêu** | **Nội dung** | | **Sản phẩm** | | **Tổ chức thực hiện** |
| **1. Hoạt động 1: Mở đầu (10 phút)** | | | | | |
| - Tiếp nhận ban đầu về nội dung học tập.  - Hoàn thành LVĐ khởi động.  - HS biết và thực hiện được kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải | \* Nhận lớp. - Phổ biến nội dung và mục tiêu bài học  - Suy nghĩ và trả lời câu hỏi sau:  + Em hãy thực hiện kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải | | (SP1): HS chuyển được trạng thái cơ thể hoạt động bình thường sang trạng thái vào hoạt động cao hơn.    (SP2): Thực hiện đúng kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải | | ***Bước 1: GV giao nhiệm vụ:***  -GV nhận lớp, kiểm tra sức khỏe học sinh, phổ biến nội dung và mục tiêu bài học.  - Gv di chuyển, quan sát và chỉ dẫn đôn đốc học sinh.  - GV đặt câu hỏi cho HS suy nghĩ và trả lời câu hỏi mục Nội dung.  ***Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ:***  - Cán sự lớp tập hợp lớp theo đội hình 4 hàng ngang, báo cáo sĩ số.  - HS quan sát, lắng nghe nội dung và mục tiêu giờ học. - Đội hình nhận lớp. **\* Khởi động chung:** Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân; Xoay các khớp; ép dọc, ép ngang.  **\* Khởi động chuyên môn.**  - Xoay và lắc cổ tay với vượt.  + Đội hình khởi động.    ***Bước 3; Tổ chức báo cáo.***  - Cán sự lớp báo cáo kết quả hoàn thành lượng vận động khởi động.  - 1- 2 Hs thực hiện  ***Bước 4: GV kết luận, nhận định:***  - GV GV sử dụng PP trực quan và PP lời nói. qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí:  - (SP1): Đánh giá qua quan sát  - (SP2): Đạt: Thực hiện được động tác  - (SP2): Chưa đạt: Thực hiện chưa được động tác |
| **2. Hoạt động 2: Hình thành kiến thức mới (0p)** | | | | | |
| **3. Hoạt động 3: Luyện tập (20 phút)** | | | | | |
| - Học sinh thực hiện được; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái  Biết thực hiện kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải | \* Thực hiện tập luyện; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái.  .  Kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải | | (SP1): Thực hiện được; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái    (SP2)Thực hiện đúng kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV hướng dẫn và tổ chức học sinh tập luyện lần lượt các bài tập theo hình thức nhóm đồng loạt, chia nhóm và lưu ý những sai sót thường gặp và cách sửa sai.  - Giáo viên cho 2 học sinh đánh cầu qua lại cho nhau ngoài sân cầu lông và đồng thời luân phiên cho 2 học sinh vào trong sân cầu lông đánh cầu qua lưới 2 - 3 lần sau đấy về vị trí ngoài sân tiếp túc tập luyện.  ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - Tập luyện đồng loạt:  + Hs thành 3 - 4 hàng ngang thực hiện 8 - 10 lần các bước di chuyển  + Hs thực hiện mô phỏng không cầu 6 – 8 lần theo hiệu lệnh của giáo viên.  + Đội hình tập luyện bổ trợ,tập không cầu    - Tập luyện nhóm cặp đôi luân phiên.  + 1 học sinh làm nhóm trưởng điều hành lần lượt cho các bạn trong nhóm tập luyện.  +Lần lượt 2 học sinh vào sân thực hiện.  + Đội hình nhóm 1 tập luyện trong sân cầu lông    - Đội hình nhóm 2 tập luyện ngoài sân cầu lông.  x x x x x x    x x x x x x ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - GV chọn một HS thực hiện đúng, một học sinh thực hiện chưa đúng. GV gợi ý để HS nhận xét và GV đưa ra kết luận.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí:  - (SP2): Đạt: Thực hiện được động tác  - (SP2): Chưa đạt: Thực hiện chưa được động tác | |
| **4. Hoạt động 4: Vận dụng (10phút)** | | | | | |
| Học sinh vận dụng chơi trò chơi  - Biết vận dụng kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải vào tập luyện ngoài giờ. | Thực hiện  Trò chơi; “Chạy tiến lùi tiếp sức’’  . | (SP1): Số hiệp thực hiện nhanh nhất của 2 đội (chỉ tính khi thực hiện luật chơi)  (SP2): Biết vận dụng vào hoạt động tập luyện thể dục thể thao và trò chơi ở trên lớp cũng như ngoài giờ học. | | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV chia lớp thành 02 nhóm bằng nhau. Giáo viên phổ biến nội dung trò chơi, cách chơi luật chơi và tổ chức trò chơi.  ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS quan sát, lắng nghe và thực hiện trò chơi  - Học sinh chơi trò chơi nhiệt tình đoàn kết.  - Đội hình trò chơi.  Description: IMG_20210814_210238  ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - HS báo các kết quả thực hiện trò chơi  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  (SP1): GV đánh giá thông qua kết quả của mỗi đội, tuyên dương và nghe phản hồi từ HS. |
| **5. Hoạt động: Kết thúc (5phút)** | | | | | |
| - Đưa cơ thể về trạng thái ban đầu.  - Hướng dẫn tự học và luyện tập ở nhà. | Thực hiện hồi tĩnh, nhận xét tiết học, hướng dẫn HS sử dụng SGK và tự luyện tập | - Cơ thể được hồi phục sau luyện tập.  - Phẩm chất, năng lực hình thành ở HS. | | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - Hướng dẫn HS thực hiện thả lỏng; nhận xét giờ học  - Hướng dẫn HS sử dụng SGK để tự tập luyện (buổi học sau mời 1 - 2 HS thực hiện kĩ thuật động tác).  ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh  - HS chú ý lắng nghe.  - HS tiếp nhận bài tập của GV: Tự tập luyện ngoài giờ, các tình huống vận dụng. |

* Rút kinh nghiệm:

|  |  |
| --- | --- |
| ……………………………………….. | Kí duyệt, |
| ……………………………………….. |  |

Ngày soạn: 20/12/2023

Ngày dạy:

**TTTC: CẦU LÔNG**

**Tiết 33 - Bài 3: Kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải**

- Một số bài tập bổ trở; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái.

- Ôn tập kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải.

- Trò chơi: bật nhảy tách chụm theo ô.

**I. Mục tiêu bài học**

# 1. Về kiến thức:

- Học sinh biết và thực hiện được một số bài tập bổ trợ; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái biết và thực hiện đúng kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải; Trò chơi: bật nhảy tách chụm theo ô.

**2. Về năng lực:**

# 2.1 Năng lực đặc thù.

- **Năng lực vận động cơ bản:** Học sinh thực hiện được một số bài tập bổ trợ ; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái ; biết và thực hiện kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải. Trò chơi: bật nhảy tách chụm theo ô.

- **Năng lực hoạt động TDTT**: Học sinh lựa chọn được và thường xuyên tập luyện nội dung bài học phù hợp để nâng cao sức khoẻ. Học sinh tham gia tốt trò chơi.

**2.2 Năng lực chung.**

- **Năng lực tự chủ và tự học:** Học sinh có ý thức chủ động trong tập luyện, học tập, biết xem tranh ảnh trong sách giáo khoa phục vụ ND bài học, tự điều chỉnh tình cảm thái độ, hành vi của bản thân.

- **Năng lực giao tiếp và hợp tác**: Có ý thức lắng nghe, phản hồi tích cực trong quá trình học tập, xác định được mục đích nội dung, phương tiện, và thái độ giao tiếp, xác định được mục đích và phương thức hợp tác. Học sinh trình bày được sản phẩm học tập tương tác và hợp tác với bạn học.

- **Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo**:Học sinh thực hiện được các nhiệm vụ học tập, bài tập và trò chơi vận động theo yêu cầu của giáo viên.

**3. Về phẩm chất.**

- **Chăm chỉ:** Học sinh chủ động hoàn thành lượng vận động của bài tập, tích cực tham gia trò chơi vận động, luôn có ý thúc vươn lên đạt kết quả tốt trong học tập.

- **Nhân ái:** Học sinh có ý thức tôn trọng ý kiến của các thành viên trong nhóm khi hợp tác, gúp đỡ lẫn nhau trong khi tập luyện. Yêu quý và tôn trọng sự khác biệt giữa mọi người,

- **Trách nhiệm:** Học sinh có trách nhiệm với bản thân. Có trách nhiệm với môi trường sống. có trách nhiệm hoàn thành nội dung tập luyện.

- **Trung thực:** Học sinh tự giác tham gia đầy đủ các hoạt động học tập và hoàn thiện nhiệm vụ vận động.

# II. Thiết bị dạy học và học liệu.

# *+ Chuấn bị của giáo viên:* Trang phục gọn gàng, Kế hoạch bài dạy, Còi, quả cầu lông, vượt, tranh ảnh*.*

# *+ Chuẩn bị của học sinh:* Trang phục (giày TT), sách giáo khoa phù hợp với tiết học.

**III. Tiến trình dạy và học.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1. Hoạt động 1: Mở đầu (10** phút) | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:** Tiếp nhận ban đầu về nội dung học tập; Hoàn thành LVĐ khởi động  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Học sinh tiếp nhận được về nội dung học tập;  - SP2: Học sinh chuyển được trạng thái cơ thể hoạt động bình thường sang trạng thái vào hoạt động cao hơn. | | | | | | |
| **Nội dung** | | **LVĐ** | **Tổ chức thực hiện** | | | |
| **Hoạt động của Gv** | | **Hoạt động của HS** | |
| \* Nhận lớp. - Kiểm tra sĩ số, dụng cụ, sân tập, hỏi thăm tình hình sức khỏe học sinh.  - Phổ biến nội dung và mục tiêu bài học  **\* Khởi động chung:**  - Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân.  - Xoay các khớp:  ( Cổ tay cổ chân, khớp khuỷu tay, khớp bả vai, khớp hông, khớp gối. )  - Ép dọc ép ngang.  **\* Khởi động CM:**  - Chạy tại chỗ.  - Cúi gập đánh tay .  - Xoay và lắc cổ tay với vượt.  - Suy nghĩ và trả lời câu hỏi sau:  ? Em hãy lên thực kĩ thuật phát cầu thuận tay | | 1Vòng  2l x 8n  2l x 8n  1- 2 lần  1- 2 lần  2l x 8n  1 lần | ***Bước 1: GV giao nhiệm vụ:***  -GV nhận lớp, kiểm tra sức khỏe học sinh, phổ biến nội dung và mục tiêu bài học.    - Gv di chuyển, quan sát và chỉ dẫn đôn đốc học sinh.  - Gv dùng tín hiệu còi hoặc vỗ tay nhanh dần điều  - Gv gọi 1 -2 em lên thực hiện.  ***Bước 4: GV kết luận, nhận định:***  - GV GV sử dụng PP trực quan và PP lời nói  (SP1): Đánh giá qua quan sát | | ***Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ:***  - Cán sự lớp tập hợp lớp theo đội hình 4 hàng ngang, báo cáo sĩ số.  - HS quan sát, lắng nghe nội dung và mục tiêu giờ học. - Đội hình nhận lớp.- Hs chạy nhẹ nhàng, quan sát địa hình, nghiêm túc. - Cả lớp thực hiện theo nhịp hô của cán sự.  - Đội hình khởi động.    - Cả lớp thực hiện đồng loạt theo hiệu lệnh (tiếng vỗ tay nhanh dần điều của Gv)  - Đội hình khởi động CM    - Học sinh lên thực hiện kĩ thuật động tác  ***Bước 3; Tổ chức báo cáo.***  - Cán sự lớp báo cáo kết quả hoàn thành lượng vận động khởi động.  - Hs nhận xét khả năng thực hiện động tác của bạn. | |
| **2. Hoạt động 2: Hình thành kiến thức mới (0 phút)** | | | | | | |
| **3. Hoạt động 3: Luyện tập (20 phút)** | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Biết một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái;  - Học sinh biết kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải.  **\* Sản phẩm:**  - Sp1: Thực hiện đúng một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái.  - Sp2: Học sinh thực hiện đúng kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải. | | | | | | |
| \* Thực hiện luyện tập:  - Một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái  - Kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải    . | | **12 phút**  6 - 8Lần | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV hướng dẫn và tổ chức học sinh tập luyện lần lượt các bài tập theo hình thức nhóm đồng loạt, chia nhóm và lưu ý những sai sót thường gặp và cách sửa sai.  - Giáo viên cho 2 học sinh đánh cầu qua lại cho nhau ngoài sân cầu lông và đồng thời luân phiên cho 2 học sinh vào trong sân cầu lông đánh cầu qua lưới 2 - 3 lần sau đấy về vị trí ngoài sân tiếp túc tập luyện.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí:  + Đạt: Thực hiện được kĩ thuật động tác  + Chưa đạt: Thực hiện chưa đúng kĩ thuật | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - Tập luyện đồng loạt:  + Hs thành 3 - 4 hàng ngang thực hiện 8 - 10 lần các bước di chuyển  + Hs thực hiện mô phỏng không cầu 6 – 8 lần theo hiệu lệnh của giáo viên.  + Đội hình tập luyện bổ trợ,tập không cầu    - Tập luyện nhóm cặp đôi luân phiên.  + 1 học sinh làm nhóm trưởng điều hành lần lượt cho các bạn trong nhóm tập luyện.  +Lần lượt 2 học sinh vào sân thực hiện.  + Đội hình nhóm 1 tập luyện trong sân cầu lông    - Đội hình nhóm 2 tập luyện ngoài sân cầu lông.  x x x x x x  x x x x x x ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - GV chọn một HS thực hiện đúng, một học sinh thực hiện chưa đúng. GV gợi ý để HS nhận xét và GV đưa ra kết luận. | | |
| **4. Hoạt động 4: Vận dụng (10phút)** | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biết vận dụng chơi trò chơi.  - Biết kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải.  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Số được hiệp thực hiện nhanh nhất của 2 đội.  - SP2: Thực hiện đúng kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải.... | | | | | | |
| - Thực hiện trò chơi “bật nhảy tách chụm theo ô  - Suy nghĩ và trả lời câu hỏi sau:  ? Em hãy thực hiện kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải.. | 3 hiệp  1L | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV chia lớp thành 02 đội bằng nhau. Giáo viên phổ biến nội dung trò chơi, cách chơi luật chơi và tổ chức trò chơi.  - Gv gọi 1 -2 em lên thực hiện.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  - GV đánh giá thông qua kết quả của mỗi đội, đội nào có số hiệp thực hiện nhanh nhất thì xếp trên, tuyên dương và nghe phản hồi từ HS.  - GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí:  - Đạt: Thực hiện được kĩ thuật động tác  - Chưa đạt: Thực hiện chưa đúng kĩ thuật động tác | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS quan sát, lắng nghe và thực hiện trò chơi  - Học sinh chơi trò chơi nhiệt tình đoàn kết.  - Đội hình trò chơi.    - Học sinh lên thực hiện kĩ thuật động tác  ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - HS báo các kết quả thực hiện trò chơi  - Hs nhận xét khả năng thực hiện động tác của bạn. |
| **5. Hoạt động: Kết thúc (5phút)** | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biêt cách đưa cơ thể về trạng thái ban đầu.  - Học sinh biêt cách định hướng tự học và luyện tập ở nhà  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Cơ thể được hồi phục sau luyện tập.  - SP2: Phẩm chất, năng lực hình thành ở HS. | | | | | | |
| **\* Hồi tĩnh:**  - Thả lỏng cơ toàn thân  (nên sử dụng âm nhạc làm nền khi học sinh thả lỏng)  **\* Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà:**  - Ưu điểm; Hạn chế cần khắc phục  - Hướng dẫn tập luyện ở nhà  **\* Xuống lớp:** | 3 phút  2 phút | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - Hướng dẫn HS thực hiện thả lỏng; nhận xét giờ học  - Hướng dẫn HS sử dụng SGK để tự tập luyện (buổi học sau mời 1 - 2 HS thực hiện kĩ thuật động tác). | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh  - HS chú ý lắng nghe.  - HS tiếp nhận bài tập của GV: Tự tập luyện ngoài giờ, các tình huống vận dụng. |

* Rút kinh nghiệm:

|  |  |
| --- | --- |
| ……………………………………….. | Kí duyệt, |
| ……………………………………….. |  |

Ngày soạn:20/12/2023

Ngày dạy:

**Tiết 34 : Ôn tập: Kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải**

- Một số bài tập bổ trở; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái.

- Ôn tập kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải.

- Trò chơi: bật nhảy tách chụm theo ô.

**I. Mục tiêu bài học**

# 1. Về kiến thức:

- Học sinh biết và thực hiện được một số bài tập bổ trợ; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái biết và thực hiện đúng kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải; Trò chơi: bật nhảy tách chụm theo ô.

**2. Về năng lực:**

# 2.1 Năng lực đặc thù.

- **Năng lực vận động cơ bản:** Học sinh thực hiện được một số bài tập bổ trợ ; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái ; biết và thực hiện kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải. Trò chơi: bật nhảy tách chụm theo ô.

- **Năng lực hoạt động TDTT**: Học sinh lựa chọn được và thường xuyên tập luyện nội dung bài học phù hợp để nâng cao sức khoẻ. Học sinh tham gia tốt trò chơi.

**2.2 Năng lực chung.**

- **Năng lực tự chủ và tự học:** Học sinh có ý thức chủ động trong tập luyện, học tập, biết xem tranh ảnh trong sách giáo khoa phục vụ ND bài học, tự điều chỉnh tình cảm thái độ, hành vi của bản thân.

- **Năng lực giao tiếp và hợp tác**: Có ý thức lắng nghe, phản hồi tích cực trong quá trình học tập, xác định được mục đích nội dung, phương tiện, và thái độ giao tiếp, xác định được mục đích và phương thức hợp tác. Học sinh trình bày được sản phẩm học tập tương tác và hợp tác với bạn học.

- **Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo**:Học sinh thực hiện được các nhiệm vụ học tập, bài tập và trò chơi vận động theo yêu cầu của giáo viên.

**3. Về phẩm chất.**

- **Chăm chỉ:** Học sinh chủ động hoàn thành lượng vận động của bài tập, tích cực tham gia trò chơi vận động, luôn có ý thúc vươn lên đạt kết quả tốt trong học tập.

- **Nhân ái:** Học sinh có ý thức tôn trọng ý kiến của các thành viên trong nhóm khi hợp tác, gúp đỡ lẫn nhau trong khi tập luyện. Yêu quý và tôn trọng sự khác biệt giữa mọi người,

- **Trách nhiệm:** Học sinh có trách nhiệm với bản thân. Có trách nhiệm với môi trường sống. có trách nhiệm hoàn thành nội dung tập luyện.

- **Trung thực:** Học sinh tự giác tham gia đầy đủ các hoạt động học tập và hoàn thiện nhiệm vụ vận động.

# II. Thiết bị dạy học và học liệu.

# *+ Chuấn bị của giáo viên:* Trang phục gọn gàng, Kế hoạch bài dạy, Còi, quả cầu lông, vượt, tranh ảnh*.*

# *+ Chuẩn bị của học sinh:* Trang phục (giày TT), sách giáo khoa phù hợp với tiết học.

**III. Tiến trình dạy và học.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1. Hoạt động 1: Mở đầu (10** phút) | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:** Tiếp nhận ban đầu về nội dung học tập; Hoàn thành LVĐ khởi động  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Học sinh tiếp nhận được về nội dung học tập;  - SP2: Học sinh chuyển được trạng thái cơ thể hoạt động bình thường sang trạng thái vào hoạt động cao hơn. | | | | | | |
| **Nội dung** | | **LVĐ** | **Tổ chức thực hiện** | | | |
| **Hoạt động của Gv** | | **Hoạt động của HS** | |
| \* Nhận lớp. - Kiểm tra sĩ số, dụng cụ, sân tập, hỏi thăm tình hình sức khỏe học sinh.  - Phổ biến nội dung và mục tiêu bài học  **\* Khởi động chung:**  - Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân.  - Xoay các khớp:  ( Cổ tay cổ chân, khớp khuỷu tay, khớp bả vai, khớp hông, khớp gối. )  - Ép dọc ép ngang.  **\* Khởi động CM:**  - Chạy tại chỗ.  - Cúi gập đánh tay .  - Xoay và lắc cổ tay với vượt.  - Suy nghĩ và trả lời câu hỏi sau:  ? Em hãy lên thực kĩ thuật phát cầu thuận tay | | 1Vòng  2l x 8n  2l x 8n  1- 2 lần  1- 2 lần  2l x 8n  1 lần | ***Bước 1: GV giao nhiệm vụ:***  -GV nhận lớp, kiểm tra sức khỏe học sinh, phổ biến nội dung và mục tiêu bài học.    - Gv di chuyển, quan sát và chỉ dẫn đôn đốc học sinh.  - Gv dùng tín hiệu còi hoặc vỗ tay nhanh dần điều  - Gv gọi 1 -2 em lên thực hiện.  ***Bước 4: GV kết luận, nhận định:***  - GV GV sử dụng PP trực quan và PP lời nói  (SP1): Đánh giá qua quan sát | | ***Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ:***  - Cán sự lớp tập hợp lớp theo đội hình 4 hàng ngang, báo cáo sĩ số.  - HS quan sát, lắng nghe nội dung và mục tiêu giờ học. - Đội hình nhận lớp.- Hs chạy nhẹ nhàng, quan sát địa hình, nghiêm túc. - Cả lớp thực hiện theo nhịp hô của cán sự.  - Đội hình khởi động.    - Cả lớp thực hiện đồng loạt theo hiệu lệnh (tiếng vỗ tay nhanh dần điều của Gv)  - Đội hình khởi động CM    - Học sinh lên thực hiện kĩ thuật động tác  ***Bước 3; Tổ chức báo cáo.***  - Cán sự lớp báo cáo kết quả hoàn thành lượng vận động khởi động.  - Hs nhận xét khả năng thực hiện động tác của bạn. | |
| **2. Hoạt động 2: Hình thành kiến thức mới (0 phút)** | | | | | | |
| **3. Hoạt động 3: Luyện tập (20 phút)** | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Biết một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái;  - Học sinh biết kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải.  **\* Sản phẩm:**  - Sp1: Thực hiện đúng một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái.  - Sp2: Học sinh thực hiện đúng kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải. | | | | | | |
| \* Thực hiện luyện tập:  - Một số bài tập bô trợ kĩ thuật; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái  - Kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải    . | | **12 phút**  6 - 8Lần | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV hướng dẫn và tổ chức học sinh tập luyện lần lượt các bài tập theo hình thức nhóm đồng loạt, chia nhóm và lưu ý những sai sót thường gặp và cách sửa sai.  - Giáo viên cho 2 học sinh đánh cầu qua lại cho nhau ngoài sân cầu lông và đồng thời luân phiên cho 2 học sinh vào trong sân cầu lông đánh cầu qua lưới 2 - 3 lần sau đấy về vị trí ngoài sân tiếp túc tập luyện.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí:  + Đạt: Thực hiện được kĩ thuật động tác  + Chưa đạt: Thực hiện chưa đúng kĩ thuật | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - Tập luyện đồng loạt:  + Hs thành 3 - 4 hàng ngang thực hiện 8 - 10 lần các bước di chuyển  + Hs thực hiện mô phỏng không cầu 6 – 8 lần theo hiệu lệnh của giáo viên.  + Đội hình tập luyện bổ trợ,tập không cầu    - Tập luyện nhóm cặp đôi luân phiên.  + 1 học sinh làm nhóm trưởng điều hành lần lượt cho các bạn trong nhóm tập luyện.  +Lần lượt 2 học sinh vào sân thực hiện.  + Đội hình nhóm 1 tập luyện trong sân cầu lông    - Đội hình nhóm 2 tập luyện ngoài sân cầu lông.  x x x x x x  x x x x x x ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - GV chọn một HS thực hiện đúng, một học sinh thực hiện chưa đúng. GV gợi ý để HS nhận xét và GV đưa ra kết luận. | | |
| **4. Hoạt động 4: Vận dụng (10phút)** | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biết vận dụng chơi trò chơi.  - Biết kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải.  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Số được hiệp thực hiện nhanh nhất của 2 đội.  - SP2: Thực hiện đúng kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải.... | | | | | | |
| - Thực hiện trò chơi “bật nhảy tách chụm theo ô  - Suy nghĩ và trả lời câu hỏi sau:  ? Em hãy thực hiện kĩ thuật di chuyển ngang và đánh cầu cao tay bên phải.. | 3 hiệp  1L | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - GV chia lớp thành 02 đội bằng nhau. Giáo viên phổ biến nội dung trò chơi, cách chơi luật chơi và tổ chức trò chơi.  - Gv gọi 1 -2 em lên thực hiện.  ***Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận***  - GV đánh giá thông qua kết quả của mỗi đội, đội nào có số hiệp thực hiện nhanh nhất thì xếp trên, tuyên dương và nghe phản hồi từ HS.  - GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí:  - Đạt: Thực hiện được kĩ thuật động tác  - Chưa đạt: Thực hiện chưa đúng kĩ thuật động tác | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS quan sát, lắng nghe và thực hiện trò chơi  - Học sinh chơi trò chơi nhiệt tình đoàn kết.  - Đội hình trò chơi.    - Học sinh lên thực hiện kĩ thuật động tác  ***Bước 3:* *Tổ chức báo cáo***  - HS báo các kết quả thực hiện trò chơi  - Hs nhận xét khả năng thực hiện động tác của bạn. |
| **5. Hoạt động: Kết thúc (5phút)** | | | | | | |
| **\* Mục tiêu:**  - Học sinh biêt cách đưa cơ thể về trạng thái ban đầu.  - Học sinh biêt cách định hướng tự học và luyện tập ở nhà  **\* Sản phẩm:**  - SP1: Cơ thể được hồi phục sau luyện tập.  - SP2: Phẩm chất, năng lực hình thành ở HS. | | | | | | |
| **\* Hồi tĩnh:**  - Thả lỏng cơ toàn thân  (nên sử dụng âm nhạc làm nền khi học sinh thả lỏng)  **\* Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà:**  - Ưu điểm; Hạn chế cần khắc phục  - Hướng dẫn tập luyện ở nhà  **\* Xuống lớp:** | 3 phút  2 phút | | ***Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập***  - Hướng dẫn HS thực hiện thả lỏng; nhận xét giờ học  - Hướng dẫn HS sử dụng SGK để tự tập luyện (buổi học sau mời 1 - 2 HS thực hiện kĩ thuật động tác). | | | ***Bước 2:* *Thực hiện nhiệm vụ học tập***  - HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh  - HS chú ý lắng nghe.  - HS tiếp nhận bài tập của GV: Tự tập luyện ngoài giờ, các tình huống vận dụng. |

* Rút kinh nghiệm:

|  |  |
| --- | --- |
| ……………………………………….. | Kí duyệt, |
| ……………………………………….. |  |