**Ngày soạn: 4/2/2025 Ngày giảng: Tuần 23**

**TIẾT 48: ĐÁ CẦU**

**I. Mục tiêu:**

**1. Năng lực:**

**1.1. Năng lực đặc thù:**

- Năng lực chăm sóc sức khỏe: Học sinh biết chọn vị trí, vệ sinh sân tập.

#  - Năng lực vận động cơ bản: Học sinh thực hiện được kỹ thuật tâng cầu bằng đùi, mu bàn chân, má trong bàn chân.

- Năng lực hoạt động TDTT: Học sinh tham gia tập luyện tích cực và có trách nhiệm.

**1.2. Năng lực chung:**

- Năng lực tự chủ và tự học: Học sinh chủ động quan sát tranh ảnh phục vụ bài học.

- Năng lực giao tiếp và hợp tác: Biết hợp tác chia sẻ để trình bày thông tin về động tác và biết hợp tác trong nhóm để thực hiện bài tập.

- Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo: HS thực hiện được các nhiệm vụ học tập, bài tập theo yêu cầu của giáo viên.

**2. Phẩm chất:**

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

- Chăm chỉ: HS chủ động hoàn thành lượng vận động của bài tập, tích cực luyện tập.

- Trách nhiệm: Học sinh có trách nhiệm với nhiệm vụ được giao và biết giúp đỡ bạn tập luyện.

**II. Thiết bị, học liệu:**

**1. Giáo viên:**Tranh, ảnh, kỹ thuật tâng cầu bằng má trong bàn chân, cầu chinh.

**2. Học sinh:** Vệ sinh sân bãi; chuẩn bị trang phục, dụng cụ tập luyện(1 quả cầu chinh/1 học sinh).

**III. Tiến trình bài dạy**

|  |  |
| --- | --- |
| **Nội dung**  | **Hoạt động dạy học** |
| **Hoạt động của GV** | **Hoạt động của HS** |
| **A. Hoạt động 1: Mở đầu.****1. Nhận lớp****2.** **Khởi động** **\* Nội dung:** Chạy nhẹ nhàng, xoay các khớp, ép dọc, ngang, bước nhỏ, nâng cao đùi, chạy đạp sau.Trò chơi: “Thi tâng cầu”**3. Kiểm tra đầu giờ**:- Em hãy cho biết: Thực hiện kĩ thuật tâng cầu bằng mu bàn chân? **\*Sản phẩm:** Chuyển trạng thái cơ thể từ trạng thái vận động bình thường sang trạng thái vận động thể dục thể thao. | - Nhận lớp, phổ biến nội dung, yêu cầu của giờ học.- Di chuyển, quan sát và chỉ dẫn học sinh khởi độngGV tổ chức trò chơi (chia nhóm, phổ biết luật chơi, cách chơi, cách xử thắng thua khi kết thúc trò chơi, khen thưởng tuyên dương)GV đánh giá, kết luận | -Cán sự: Điểm số và báo cáo sĩ số tình hình lớp học cho giáo viên.🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹**🚹GV*** Cán sự lớp điều hành.

🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹🚹 🚹 🚹 🚹 🚹**🚹CS**ĐH như đội hình KĐ chung.* HS trả lời
* Lớp nhận xét
 |
| **B. Hoạt động 2: Hình thành kiến thức mới.****\* Nội dung:** Xem tranh, quan sát và thực hiện các động tác: Tâng cầu bằng má trong bàn chân.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  |  |
|  |  |
|  |  |  |

**\*Sản phẩm:** Mô tả được cách thực hiện các động tác: Tâng cầu bằng má trong bàn chân. | - Chia nhóm, cho HS quan sát tranh yêu cầu HS trả lời câu hỏi:+ Nêu cách thực hiện và mô phỏng động tác trong tranh?+ Gọi lần lượt các nhóm lên báo cáo sản phẩm, quan sát và nhận xét.+ GV kết luận kiến thức (làm mẫu động tác và phân tích ngắn gọn). | - Nhóm trưởng các nhóm nhận tranh, thảo luận và trả lời câu hỏi.🚹🚹🚹 🚹🚹🚹🚹🚹🚹 🚹🚹🚹  (N1) (N2) 🚹**GV**- HS thực hiện hoạt động nhóm- 1 nhóm báo cáo (các nhóm còn lại quan sát nhận xét) |
| **C. Hoạt động 3:Luyện tập.****\* Nội dung:** Mô tả được cách thực hiện các động tác: Tâng cầu bằng đùi, mu bàn chân, má trong bàn chân.**\*Sản phẩm:** Học sinh thực hiện được các động tác: Mô tả được cách thực hiện các động tác: Tâng cầu bằng đùi, mu bàn chân, má trong bàn chân. | - GV giao nhiệm vụ cho nhóm trưởng điều hành nhóm, qua lại các nhóm quan sát, hỗ trợ, sửa sai khi HS thực hiện chưa đúng biên độ động tác.- GV cho HS rút thăm lên trình diễn sản phẩm - GV kết luận (nhận xét đánh giá). Khích lệ, tuyên dương học sinh kịp thời. | - HS thực hiện theo nhóm, nhóm trưởng điều hành (hoạt động cá nhân, cặp đôi, nhóm nhỏ)- HS thực hiện báo cáo trình diễn theo rút thăm- HS các nhóm khác quan sát nhận xét, đánh giá. |
| **D. Hoạt động 4: Vận dụng.****\* Nội dung:** Thực hiện, mô tả được cách thực hiện các động tác: Tâng cầu bằng đùi, mu bàn chân, má trong bàn chân.**\*Sản phẩm:** HS thực hiện được động tác Tâng cầu bằng đùi, mu bàn chân, má trong bàn chân. | -GV đặt câu hỏi “Em nào lên thực hiện Tâng cầu bằng đùi, mu bàn chân, má trong bàn chân”.- GV mời đại diện một nhóm lên trả lời câu hỏi. - GV Kết luận | * HS các nhóm lắng nghe, thảo luận và thống nhất phương án trả lời.

- HS các nhóm khác nghe và nhận xét |
| **E. Hoạt động 5: Kết thúc.****1. Hồi tĩnh:**- Thực hiện các động tác thả lỏng.**2. Nhận xét giờ học:**-Ưu điểm, hạn chế, hướng cần khắc phục**3. Xuống lớp**-Hướng dẫn luyện tập tai nhà | - GV tổ chức cho học sinh thả lỏng.- GV nhận xét, đánh giá giờ học. | HS thả lỏng tích cực🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹🚹 🚹 🚹 🚹 🚹**🚹CS**Chú ý lắng nghe.Đội hình xuống lớp.🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹**🚹GV** |