**Ngày soạn: 6/2/2025 Ngày giảng: Tuần 23**

**TIẾT 48: BÓNG CHUYỀN**

**- Kỹ thuật phát bóng thấp tay trước mặt: Phát bóng cuối sân**

**- Đấu tập**

**I. MỤC TIÊU BÀI DẠY.**

# 1. Năng lực đặc thù

- Hình thành thói quen tập luyện thể thao tại nhà, đảm bảo an toàn trong tập luyện và thi đấu.

- HS nhận biết và thực hiện được các giai đoạn trong kỹ thuật phát bóng thấp tay trước mặt. HS vận dụng kỹ thuật phát bóng thấp tay trong các tình huống cụ thể khi tập luyện và thi đấu môn bóng chuyền.

- Hình thành và phát triển thành phần năng lực chơi môn Bóng chuyền.

**2. Năng lực chung**

- Chủ động, tích cực thực hiện nhiệm vụ luyện tập được giao và hỗ trợ bạn học trong nhóm cùng tập luyện.

- Biết sử dụng thuật ngữ, kết hợp với hình ảnh để trình bày thông tin về động tác; biết hợp tác trong nhóm để thực hiện bài tập.

- Chủ động đề ra kế hoạch, cách thức giải quyết vấn đề, cách thức xử lý các vấn đề phát sinh một cách sáng tạo khi giải quyết vấn đề nhằm giải quyết một cách tốt nhất.

**3. Phẩm chất chủ yếu**

- Tự tập luyện để hoàn thành nhiệm vụ khi được giao để dần hình thành kỹ năng, kỹ xảo động tác.

- Trung thực, tôn trọng, có ý thức hỗ trợ, hợp tác với các thành viên trong nhóm để hoàn thành nhiệm vụ. Có trách nhiệm với mỗi lần thực hiện bài tập.

**II. CHUẨN BỊ CỦA GIÁO VIÊN VÀ HỌC SINH.**

**1. Giáo viên:**

- Kế hoạch dạy học, tranh ảnh minh họa.

- Bóng, còi.

**2. Học sinh**

Trang phục đúng quy định, chuẩn bị sân tập.

**3. Địa điểm**

Sân Bóng chuyền

**III. HOẠT ĐỘNG DẠY VÀ HỌC**

**1. Hoạt động mở đầu (6 - 8 phút)**

**1.1 Mục tiêu:** Tạo hứng thú cho học sinh bước vào tiết học mới, nâng cao hoạt động của các cơ quan chức năng để thích nghi với lượng vận động của bài học mới.

**1.2 Nội dung:** Nhận lớp, khởi động

**1.3 Sản phẩm:** Học sinh thực hiện đúng động tác khởi động.

**1.4 Tổ chức thực hiện**

|  |  |
| --- | --- |
| **Hoạt động của Giáo viên - Học sinh** | **Sản phẩm** |
| **Bước 1:** Chuyển giao nhiệm vụ học  - GV nhận lớp, nắm tình hình lớp, phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học, hướng dẫn HS khởi động  **Bước 2:** Thực hiện nhiệm vụ học tập  - Khởi động chung: Học sinh giãn cách hàng theo sự chỉ đạo của GV và điều khiển của CS. CS cho các bạn tập bài thể dục tay không, xoay các khớp, căng cơ lưng, đùi, ép dẻo dọc ngang. Chạy bước nhỏ, chạy nâng cao đùi, chạy hất gót.  Đội hình học sinh khởi động  CS GV  x x x x x x x  x x x x x x  x x x x x x x  x x x x x x x  - Khởi động chuyên môn: Tham gia trò chơi  “Tung bóng qua lưới tiếp sức”  **Bước 3:** Tổ chức báo cáo  Hoàn thành bài khởi động, sẵn sàng tiếp nhận lượng vận động của giờ học.  **Bước 4:** Đánh giá kết quả thực hiện nhiệm vụ học tập.  Thông qua hỏi đáp, quan sát GV nhận xét chung phần khởi động của lớp. | - Học sinh chú ý, lắng nghe, nắm được nội dung, yêu cầu của giờ học  - Hoàn thành bài khởi động,  Tham gia chơi tích cực, phát triển sức mạnh nhóm cơ tay  - HS chú ý nghe nhận xét của GV, khắc phục tồn tại phần khởi động. |

**2. Hoạt động hình thành kiến thức mới (8-10 phút)**

**2.1 Mục tiêu:** Nắm được các giai đoạn của kỹ thuật phát bóng thấp tay trước mặt.

**2.2 Nội dung:** HS nghiên cứu thảo luận bài tập, báo cáo kết quả.

**2.3 Sản phẩm:** Đại diện HS trình bày và thực hiện được bài tập phát bóng tại vạch 6m.

**2.4 Tổ chức thực hiện**

|  |  |
| --- | --- |
| **Hoạt động của Giáo viên - Học sinh** | **Sản phẩm** |
| **Bước 1:** Chuyển giao nhiệm vụ học  - GV hướng dẫn HS thực hiện bài tập phát bóng cuối sân.  - GV nêu những sai lầm khi thực hiện bài tập  **Bước 2:** Thực hiện nhiệm vụ học tập  - Học sinh tự nghiên cứu bài tập qua sách giáo khoa, tranh ảnh. Nghiên cứu thảo luận  **Bước 3:** Tổ chức báo cáo  - Đại diện nhóm trình bày những sai lầm thường mắc và cách khắc phục khi tập bài tập phát bóng cuối sân.  - Đại diện nhóm thực hiện và thực hiện bài tập phát bóng cuối sân.  **Bước 4:** Đánh giá kết quả thực hiện nhiệm vụ học tập.  Thông qua hỏi đáp, quan sát GV nhận xét chung phần nghiên cứu thảo luận của lớp, thực hiện bài tập bổ trợ của học sinh. | - Học sinh chú ý, lắng nghe giáo hướng dẫn cách thực hiện bài tập phát bóng cuối sân. Biết những sai lầm thường mắc.  - HS nghiêm túc tự nghiên cứu và thảo luận nhóm tích cực.  Đại diện HS trình bày và thực hiện được bài tập phát bóng cuối sân.  Thông qua nhận xét của GV, HS rút kinh nghiệm để tập luyện đúng. HS nâng cao khả năng tư duy, năng lực trình bày, thực hiện động tác trước tập thể, rèn luyện tính tự tin. |

**3. Hoạt động luyện tập (12 - 14 phút)**

**3.1 Mục tiêu:** Biết cách thực hiện và bước đầu thực hiện được kỹ thuật phát bóng thấp tay trước mặt.

**3.2. Nội dung:** Tập bài tập phát bóng cuối sân.

**3.3 Sản phẩm:** Thực hiện được bài tập phát bóng cuối sân.

**3.4 Tổ chức thực hiện**

|  |  |
| --- | --- |
| **Hoạt động của Giáo viên - Học sinh** | **Sản phẩm** |
| **Bước 1:** Chuyển giao nhiệm vụ học  - GV hướng dẫn cách thức tập luyện, phân công CS hướng dẫn, vị trí tập luyện.  - Bài tập phát bóng cuối sân.  **Bước 2:** Thực hiện nhiệm vụ học tập  + Bài tập phát bóng cuối sân: HS đứng thành 2 hàng dọc đối diện cuối sân, lần lượt từng HS tập phát bóng qua lưới.  GV quan sát sửa sai. GV có thể tập trung nhóm để sửa sai trong khi HS đang tập luyện.  **Bước 3:** Tổ chức báo cáo  - GV gọi bất kì HS lên thực hiện  Bài tập phát bóng cuối sân.  **Bước 4:** Đánh giá kết quả thực hiện nhiệm vụ học tập  Thông qua hỏi đáp, quan sát GV nhận xét chung phần tập luyện của lớp và đại diện học sinh. | - Học sinh chú ý, lắng nghe giáo viên hướng dẫn, nắm được cách tập luyện.  - HS nghiêm túc tập luyện theo CS, tích cực giúp đỡ nhau trong tập luyện.  HS thực hiện được bài tập, HS khác quan sát, nhận xét, tự sửa lỗi sai.  - HS hoàn thiện kỹ thuật phát bóng thấp tay trước mặt. HS nâng cao tính tự tin thực hiện trước tập thể. |

**4. Hoạt động vận dụng (6 - 8 phút)**

**4.1 Mục tiêu:** Vận dụng kĩ thuật đã học vào đấu tập.Nâng cao sức khỏe, phát triển các tố chất thể lực.

**4.2. Nội dung**: Đấu tập

**4.3 Sản phẩm:** Có sự tăng tiến về sức khỏe, phát triển các tố chất thể, rèn luyện ý chí.

**4.4 Tổ chức thực hiện**

|  |  |
| --- | --- |
| **Hoạt động của Giáo viên - Học sinh** | **Sản phẩm** |
| **Bước 1:** Chuyển giao nhiệm vụ học tập  GV hướng dẫn cách đấu tập, lựa chọn HS tham gia, cử trọng tài  **Bước 2:** Thực hiện nhiệm vụ học tập  Tham gia thi đấu  **Bước 3:** Tổ chức báo cáo  Hoàn thành tham gia đấu tập.  **Bước 4:** Đánh giá kết quả thực hiện nhiệm vụ học tập.  GV nhận xét hoạt động | - Học sinh chú ý, lắng nghe giáo viên hướng dẫn hoạt động.  - Thực hiện nghiêm túc, tích cực.  - HS lắng nghe, khắc phục những hạn chế. |

**5. Hoạt động kết thúc (3 - 5 phút)**

**5.1 Mục tiêu:** Thả lỏng, hồi tĩnh sau giờ học, GV hướng dẫn HS tự tập luyện và nghiên cứu bài học tại nhà.

**5.2 Nội dung:** Các động tác thả lỏng hồi tĩnh, hướng dẫn sử dụng sách giáokhoa, tài liệu trên các kênh thông tin để tự tập luyện TDTT tại nhà.

**5.3 Sản phẩm:** Thả lỏng, hồi tĩnh, nắm được nội dung tự nghiên cứu tại nhà.

**5.4 Tổ chức thực hiện**

|  |  |
| --- | --- |
| **Hoạt động của Giáo viên - Học sinh** | **Sản phẩm** |
| **Bước 1:** Chuyển giao nhiệm vụ học tập  - GV Hướng dẫn HS thực hiện các ĐT thả lỏng, hồi tĩnh  - GV hướng dẫn HS tự tập luyện tại.  - GV hướng dẫn HS nội dung nghiên cứu trước bài học.  **Bước 2:** Thực hiện nhiệm vụ học tập  - CS điều khiển lớp thả lỏng, hồi tĩnh  **Bước 3:** Tổ chức báo cáo  GV nhận xét mức độ thực hiện thả lỏng, hồi tĩnh của HS  **Bước 4:** Đánh giá kết quả thực hiện nhiệm vụ học tập.  Hoàn thành định lượng bài tập hồi tĩnh, nhận xét giờ học. | - Học sinh chú ý, lắng nghe GV hướng dẫn. Biết thực hiện các ĐT thả lỏng, nắm được cách tập luyện tại nhà, nội dung nghiên cứu bài học.  - Hoàn thành bài thả lỏng, hồi tĩnh.  - HS rút kinh nghiệm cho bản thân qua nhận xét của GV |

**IV. HỒ SƠ HỌC TẬP**

**1. Nội dung học tập**

- Bài kỹ thuật phát bóng thấp tay trước mặt đã được giới thiệu trong sách giáo khoa lớp 10 dành cho giáo viên.

**2. Hồ sơ khác**: Vi deo, Sách GDTC lớp 10 của HS.

**V. RÚT KINH NGHIỆM SAU GIỜ DẠY**

**1. Hiệu quả đạt được:**

**2. Hạn chế, tồn tại:**