|  |  |
| --- | --- |
| ***Ngày 23 tháng 03 năm 2025*** | ***Họ và tên giáo viên: Nguyễn Công Tuấn***  ***Tổ: Tiếng anh - GDTC - Nghệ thuật*** |

**CHỦ ĐỀ 5: THỂ THAO TỰ CHỌN: CẦU LÔNG**

**Bài 3: KĨ THUẬT BỎ NHỎ**

**Môn học: GIÁO DỤC THỂ CHẤT; lớp: 9**

**Thời gian thực hiện: 8 tiết (Tiết 61 đến tiết 68 theo PPCT)**

**TIẾT 1 (Tiết 61 theo PPCT)**

**I. MỤC TIÊU:**

**1. Kiến thức:**

- Nhận biết được nội dung, yêu cầu kĩ thuật bỏ nhỏ thuận tay, biết cách LT

- Yêu cầu học sinh thực hiện nghiêm túc, đủ lượng vận động, tích cực trong các hoạt động.

**2. Năng lực:**

***- Năng lực chung:***

+ Năng lực tự học và tự chủ: tự tìm hiểu nội dung bài học qua hình ảnh và ghi chú sống động, cụ thể, hình thành và phát triển năng lực tự chủ và tự học. Thực hiện được kĩ thuật bỏ nhỏ thuận tay; biết cách luyện tập và tổ chức luyện tập, biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và luyện tập. Tự tập luyện thường xuyên đối với học sinh trong và sau các giờ học trên lớp.

+ Năng lực giao tiếp và hợp tác: Thông qua các phần luyện tập nhóm có thể vận dụng để giúp học sinh hình thành năng lực giao tiếp, việc phân chia nhóm tập luyện, giao nhiệm vụ tập luyện cụ thể cho hướng dẫn và hỗ trợ các nhóm thực hiện những nhiệm vụ được giao.

+ Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo: khuyến khích sự sáng tạo thông qua kiến thức của phần vận dụng mà chủ đề đề đặt ra các vấn đề cần giải quyết, sẽ giúp học sinh hình thành và phát triển khả năng vấn đề và sáng tạo trong giờ học. Thực hiện được kĩ thuật; biết cách luyện tập và tổ chức luyện tập. Phán đoán, xử lí một số tình huống linh hoạt, phối hợp được với đồng đội trong luyện tập và thi đấu môn Cầu lông.

***- Năng lực riêng:***

+ Năng lực chăm sóc sức khoẻ: vận dụng vào trong các hoạt động vận động cũng như kiến thức dạy học trên lớp. Thông qua đó, học sinh sẽ phát triển năng lực chăm sóc sức khoẻ.

+ Năng lực vận động cơ bản: thông qua hình thức các động tác bổ trợ vận động để mang tính thu hút và hấp dẫn học sinh.

**3.Phẩm chất:** Có trách nhiệm, trung thực, đoàn kết, giúp đỡ bạn trong luyện tập và các hoạt động khác trong cuộc sống.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

**1. Đối với giáo viên:**

- Sân bãi rộng rãi, sạch sẽ, không ẩm ướt, trơn trượt và không còn những vật nguy hiểm.

- Còi, tranh ảnh kĩ thuật cầu lông, dụng cụ cầu lông ……

**2. Đối với học sinh:** SGK; Dụng cụ học tập theo yêu cầu của GV

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

**1. HOẠT ĐỘNG 1. MỞ ĐẦU (7-8 phút)**

**a. Mục tiêu:** Làm nóng cơ thể chuẩn bị hoạt động vận động thông qua các động tác khởi động. Giúp HS có nhận biết bước đầu về kiến thức kĩ thuật bỏ nhỏ thuận tay,; cơ thể HS đạt trạng thái sẵn sàng thực hiện các bài tập vận động.

**b. Nội dung:** Thực hiện các động tác khởi động.

**c. Sản phẩm:**

- Cơ thể học sinh được làm nóng chuẩn bị cho các hoạt động vận động.

- HS hình thành được mối liên hệ với nội dung bài học.

**d. Tổ chức thực hiện:**

|  |  |
| --- | --- |
| **1. Giáo viên chuyển giao nhiệm vụ học tập:**  **-** Giáo viên nhận lớp nắm sĩ số, tình hình sức khoẻ học sinh; giới thiệu nội dung, nhiệm vụ học tâp.  - Đặt câu hỏi để thu hút, khích lệ sự tập trung chú ý và khai thác vốn hiểu biết của HS đối với nội dung tiết học: *“Khi cầu bay đến gần lưới, có thể sử dụng kĩ thuật nào để đánh cầu sang sân đối phương?”*  \*Đáp án câu hỏi: Kĩ thuật bỏ nhỏ; kĩ thuật đánh cầu nhanh trên lưới; kĩ thuật hất cầu cao xa,...  **2. Học sinh thực hiện nhiệm vụ học tập**  - Suy nghĩ, trả lời câu hỏi của GV  - Thực hiện các bài tập khởi động cơ thể dưới sự hướng dẫn của giáo viên và điều khiển của lớp trưởng gồm các động tác như: Bài tập chạy tại chỗ; xoay các khớp (Xoay khớp cổ, khớp cổ tay cổ chân, khớp khuỷu tay, khớp vai, khớp hông, khớp gối, ép dọc, ép ngang, cầm vợt xoay cổ tay hình số 8 nằm ngang; đưa vợt sang phải, sang trái, lên cao kết hợp lắc cổ tay, đứng tại chỗ đập cầu thuận tay liên tục (không cầu).), chạy bước nhỏ, chạy nâng cao đùi…   |  | | --- | |  |     ĐH khởi động  **3. Báo cáo kết quả hoạt động và thảo luận:** Gọi 1- 2 HS trả lời câu hỏi và lớp nhận xét kết quả đáp án câu hỏi.  **4. Kết luận, nhận định:** Giáo viên đánh giá, nhận xét và dẫn dắt HS vào nội dung học… |

**2. HOẠT ĐỘNG 2: HÌNH THÀNH KIẾN THỨC MỚI (10-13 phút)**

**2.1. Mục tiêu:** Hình thành ở HS kiến thức, kĩ năng thực hiện kĩ thuật bỏ nhỏ thuận tay.

**2.2. Nội dung:** Biết cách luyện tập kĩ thuật bỏ nhỏ thuận tay

**2.3. Sản phẩm học tập:** HS lắng nghe và tiếp thu, vận dụng kiến thức. HS biết được mục đích, tác dụng của kĩ thuật bật bỏ nhỏ thuận tay

**2.4. Tổ chức hoạt động**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1. Giáo viên chuyển giao nhiệm vụ học tập**  - Cho HS xem hình kĩ thuật bỏ nhỏ thuận tay   |  | | --- | |  |   - GV thị phạm lại động tác  - GV yêu cầu đồng loạt HS thực hiện động tác  - GV gọi 1-2 HS tập mẫu để HS theo dõi, tập theo.  - GV lưu ý HS khi thực hiện các động tác  - GV theo dõi, sửa sai cho HS  **2. Học sinh thực hiện nhiệm vụ học tập:** Quan sát hình ảnh động tác. Học sinh quan sát ghi nhớ.  **3. Báo cáo kết quả hoạt động và thảo luận**  - Tổ 1, 2, 3, 4 thảo luận mô tả cách thức thực hiện và thực hiện mô phỏng kĩ thuật bỏ nhỏ thuận tay.  - Đại diện tổ 2 báo cáo, tổ 1 bổ sung  - Đại diện tổ 4 báo cáo, tổ 3 bổ sung.  - GV gọi 1-2 HS tập mẫu để HS trong lớp theo dõi, tập theo.  - GV yêu cầu đồng loạt HS thực hiện động tác.  **4. Kết luận, nhận định:** Nhận xét chuẩn kiến thức, bổ sung, sửa sai và lấy điểm ĐGTX cho HS, chuyển sang nội dung tiếp theo.   |  |  | | --- | --- | | **Đạt** | **Chưa đạt** | | *- Trình bày được then chốt KT các ĐT.*  *- Bước đầu hình thành được cách thực hiện các ĐT* | *- Chưa trình bày được then chốt KT các ĐT.*  *- Chưa hình thành được cách thực hiện các ĐT* | |

**3. HOẠT ĐỘNG 3 : LUYỆN TẬP (15-17 phút )**

**3.1. Mục tiêu:** Thực hành luyện tậpkĩ thuật bỏ nhỏ thuận tay

**3.2. Nội dung:** Thực hiệnkĩ thuật bỏ nhỏ thuận tay

**3.3. Sản phẩm học tập:** HS thực hiện được đúng số lần và cự li.

**3.4. Tổ chức hoạt động:**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **1.Giáo viên chuyển giao nhiệm vụ học tập:** Tổ chức luyện tập cho từng học sinh các nội dung:  *a. Luyện tập cá nhân:*  - Tập không cầu: Thực hiện mô phỏng kĩ thuật bỏ nhỏ thuận tay từ chậm đến nhanh, thực hiện 5 - 7L  - Tập với cầu: Thực hiện kĩ thuật bỏ nhỏ thuận tay với cầu treo, thực hiện 5 - 7 lần.  *b. Luyện tập cặp đôi:*  - Bỏ nhỏ qua lại: Thực hiện kĩ thuật bỏ nhỏ thuận tay qua lại vào khu vực 1,98 m  - Bỏ nhỏ với đường cầu do bạn tung đến: Luân phiên thực hiện kĩ thuật bỏ nhỏ thuận tay vào khu vực 1,98 m  *c. Luyện tập nhóm:* Luân phiên chỉ huy nhóm luyện tập:  - Lần lượt từng bạn của nhóm thực hiện kĩ thuật bỏ nhỏ thuận tay do bạn phát đến, mỗi bạn thực hiện 5-7 lần.  - Giáo viên chú ý quan sát sửa sai cá nhân HS thực hiện chưa đúng.  - Gọi mỗi tổ 2 HS lên thực hiện  **2. Học sinh thực hiện nhiệm vụ học tập**  - Tiếp nhận các bài tập và thực hiện theo hướng dẫn của GV và tổ trưởng.  - Cả lớp quan sát để biết cách thực hiện.  - HS thực hiện theo hình thức cá nhân, theo nhóm hoặc theo lớp  -Từng nhóm trưởng điều khiển nhóm luyện tập  - Đội hình luyện tập đồng loạt theo tổ nhóm; hoạt động cặp đôi quan sát sửa sai cho nhau.  **3. Báo cáo kết quả hoạt động và thảo luận:** Cả lớp quan sát, nhận xét góp ý.   |  |  | | --- | --- | | **Đạt** | **Chưa đạt** | | *- Thực hiện được các kĩ thuật theo yêu cầu của GV (còn có sai sót nhỏ)* | *- Chưa thực hiện được các kĩ thuật theo yêu cầu của GV.* |   **4. Kết luận, nhận định:** Giáo viên nhận xét đánh giá các hoạt động và củng cố nội dung bài học, lưu ý những động tác sai thường mắc phải. |

**4. HOẠT ĐỘNG 4: VẬN DỤNG ( 5-7 phút)**

**4.1. Mục tiêu:** HS vận dụng được nội dung bài học vào thực tiễn học tập hoặc cuộc sống.

**4.2. Nội dung:** Vận dụng bài tập kĩ thuật bỏ nhỏ thuận tay để rèn luyện khả năng phối hợp vận động.

**4.3. Sản phẩm:** HS biết vận dụng: Bài tập kĩ thuật bỏ nhỏ thuận tay để rèn luyện khả năng phối hợp vận động trong quá trình luyện tập..

**4.4. Tổ chức hoạt động**

|  |
| --- |
| **1.Giáo viên chuyển giao nhiệm vụ học tập:**  - Giao nhiệm vụ cho HS vận dụng luyện tập vào thời gian rèn luyện thể dục hằng ngày, có sản phẩm bằng hình ảnh hoặc video, sách giáo khoa…  - Hướng dẫn cán sự lớp thực hiện các động tác thả lỏng như: động tác vươn thở, rung thả lỏng từng chân, rung đùi…  **2. Học sinh thực hiện nhiệm vụ học tập**  - Học sinh chú ý lắng nghe  - Cả lớp thực hiện các động tác thả lỏng  **ĐH thả lỏng ĐH xuống lớp**  **🛉 🛉 🛉 🛉 🛉 🛉 🛉 🛉 🛉 🛉 🛉**  **🛉 🛉 🛉 🛉 🛉 🛉 🛉 🛉 🛉 🛉 🛉**  **🛉 🛉 🛉 🛉 🛉 🛉 🛉 🛉 🛉 🛉 🛉**  **🛉 🛉 🛉 🛉 🛉 🛉 🛉 🛉 🛉 🛉 🛉**  **🛉 🛉**  **3. Báo cáo kết quả hoạt động và thảo luận:** Gọi 1-2 học sinh trả lời nội dung số bài tập vận dụng về nhà học sinh cần thực hiện mà giáo viên vừa triển khai.  **4. Kết luận, nhận định**  - GV nhận xét thái độ, kết quả học tập và vận dụng của học sinh.  - GV hướng dẫn thêm cách sử dụng SGK để tự học và xem trước nội dung tiết tiếp theo |