|  |  |
| --- | --- |
| ***Ngày 27 tháng 02 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 2: Kĩ thuật đập cầu thuận tay**

**Môn học: GIÁO DỤC THỂ CHẤT; lớp: 8**

**Thời gian thực hiện: 8 tiết (Tiết 53 đến tiết 60 theo PPCT)**

**TIẾT 1 (Tiết 53 theo PPCT)**

**I. MỤC TIÊU  
1. Kiến thức**

- Nhận biết kĩ thuật đập cầu thuận tay

- Trò chơi vận động

- 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 bài học qua hình ảnh và ghi chú sống động, cụ thể, hình thành và phát triển năng lực tự chủ và tự học. Tự tập luyện thường xuyên đối với học sinh trong và sau các giờ học trên lớp.

+ Năng lực giao tiếp và hợp tác: các trò chơi vận động và 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 các trò chơi vận động và kiến thức của phần vận dụng được cung chủ đề đề đặt ra các vấn đề cần giải quyết, sẽ giúp học sinh hình thành và phát triển năng vấn đề và sáng tạo trong giờ học.

***- Năng lực riêng:***

+ Năng lực chăm sóc sức khoẻ: vận dụng vào trong các hoạt động trò chơi 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 và trò chơi vận động để mang tính thu hút và hấp dẫn học sinh.

**3. Phẩm chất:** Tích cực, tự giác trong học tập và vận dụng để rèn luyện thân thể hằng ngày.

**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 chơi trò chơi,…

**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.

**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.

**d. Tổ chức thực hiện:**

|  |  |
| --- | --- |
| **1. Giáo viên chuyển giao nhiệm vụ học tập:**  **-** Giáo viên nhận lớp nắm sĩ số, sức khoẻ học sinh; giới thiệu nội dung, nhiệm vụ học tâp.  **-** Tổ chức trò chơi hỗ trợ khởi động *“Vòng tròn an toàn” và* hướng dẫn phân tích cách chơi và luật chơi. GV tổ chức điều khiển cho học sinh và quan sát làm trọng tài.  **2. Học sinh thực hiện nhiệm vụ học tập**  - 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 …) chạy bước nhỏ, chạy nâng cao đùi,   |  | | --- | | *Description: C:\Users\TINHOC~1\AppData\Local\Temp\FineReader12.00\media\image102.jpeg* |     ĐH khởi động ĐH trò chơi  - Tổ chức trò chơi hỗ trợ khởi động : *“Vòng tròn an toàn”*  **3. Báo cáo kết quả hoạt động và thảo luận:** Gọi 1 HS nhận xét kết quả trò chơi.  **4. Kết luận, nhận định:** Giáo viên nhận xét việc thực hiện bài khởi động, tuyên dương đội thắng, động viên đội thua và dẫn dắt HS vào nội dung học…. |

**2. HOẠT ĐỘNG 2: HÌNH THÀNH KIẾN THỨC MỚI (thời gian 9-10 phút )**

**2.1. Mục tiêu:** Nhận biết thực hiện kĩ thuật đập cầu thuận tay

**2.2. Nội dung:** GV trình bày vấn đề, HS trả lời câu hỏi, tập theo hiệu lệnh.

**2.3. Sản phẩm học tập:** HS lắng nghe và tiếp thu, vận dụng kiến thức.

**2.4. Tổ chức hoạt động**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| |  | | --- | | Description: https://lh4.googleusercontent.com/e7oCFY_rsZRlx9Affi-mp-y37Eu_zVjz3ACWfh2blxwNtHONfHTnfdw2pFKNawRjKNIwWNBcqHR8gHz10oKrTWRMxkUqSxEvdO7sorA3Cnxi9i_h9LJbiHSLxIHvvTQuIM7SO38mOnOjMQewIkAiGJA |   **1. Giáo viên chuyển giao nhiệm vụ học tập**  - Cho HS xem hình ảnh kĩ thuật đập cầu thuận tay  - GV thị phạm 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 đập cầu thuận tay - Đại diện tổ 1 báo cáo, tổ 2 bổ sung.  - Đại diện tổ 2 báo cáo, tổ 4 bổ sung.  - GV yêu cầu đồng loạt HS thực hiện động tác.  - GV gọi 1-2 HS tập mẫu để HS trong lớp theo dõi, tập theo. .  **4. Kết luận, nhận định:** Nhận xét chuẩn kiến thức, bổ sung, sửa sai và lấy điểm ĐGTX cho HS, chuyển sang nội dung mới.   |  |  | | --- | --- | | **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 (20-21 phút )**

**3.1. Mục tiêu:** Thực hành luyện tập các kiến thức về kĩ thuật đập cầu thuận tay

**3.2. Nội dung:** Kĩ thuật đập cầu thuận tay

**3.3. Sản phẩm học tập:** HS thực hiện tương đối đúng kĩ thuật đập cầu thuận tay

**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 kĩ thuật đập cầu thuận tay 5 - 7 lần.  - Tập với cầu: Thực hiện kĩ thuật đập cầu thuận tay với quả cầu treo 5-7 lần.  *b. Luyện tập cặp đôi:*  Luân phiên giúp bạn luyện tập: Tung cầu cho bạn luyện tập kĩ thuật đập cầu thuận tay, mỗi bạn thực hiện 5-7 lần.  *c. Luyện tập nhóm:* Luân phiên chỉ huy nhóm luyện tập:  - Lần lượt từng bạn của nhóm thực hiện kĩ thuật đập cầu thuận tay do bạn tung 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 1-2 HS lên thực hiện   |  | | --- | | Description: https://lh4.googleusercontent.com/GXy-VWtDit-TslzzzmSkRgsSX5b40KDWjZpqNpXmC3FBVOSPK7T8lWC1ibBYuNworEWooZsWKXWhQYxO5FftL-h2wAEdgf7jN4ZQfLo2PSP6xGavpMS9QDd_QhawqHvdCZJ-mJJfrzAmCCilDiqsZ0w |   d. Tổ chức trò chơi “Di chuyển đổi cầu”  - Hướng dẫn, thị phạm trò chơi, phổ biến luật chơi  - Chia lớp thành 4 tổ theo ĐH 4 hàng dọc và điều khiển trò chơi.  - Cho cả lớp chơi thử.  - Cho cả lớp chơi thật  **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. - Cả lớp chơi trò chơi theo sự điều khiển của GV.  **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 và cách sửa chữa |

**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 đập cầu thuận tay để rèn luyện sức mạnh hằng ngày, thả lỏng đưa cơ thể về trạng thái ban đầu

**4.3. Sản phẩm:** HS biết vận dụng bài tập kĩ thuật đập cầu thuận tay để rèn luyện sức mạnh 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 |