**Tuần 26 - Tiết 49 - 50: Chủ đề: TTTC: Bóng chuyền**

***Bài 1: Kĩ thuật chuyền bóng cao tay***

**I. Mục tiêu bài học**

1. Kiến thức:

- Ôn: + Một số bài tập bổ trợ: Tung và bắt bóng bằng hai tay.

- Ôn: Chuyền bóng cao tay.  
- Trò chơi: “Chuyền và bắt bóng cao tay bằng hai tay tiếp sức”; “Chuyền bóng qua đầu”.

2. Năng lực:

*2.1. Năng lực chung:*

+ Năng lực tự chủ và tự học: Học sinh tự giác tích cực tập luyện; chủ động thực hiện nội dung ôn tập tại nhà; tự tham khảo kiến thức từ sách giáo khoa và nguồn tư liệu khác.

+ Năng lực giao tiếp, hợp tác: Tích cực, chủ động giao tiếp, phối hợp hiệu quả với giáo viên (GV) và bạn tập trong các hoạt động của giờ học.

+ Năng lực giải quyết vấn đề - sáng tạo: Nhận ra lỗi sai khi thực hiện bài, biết tự sửa sai.

*2.2. Năng lực đặc thù:*

+ Vận động cơ bản: Học sinh thực hiện được một số bài tập bổ trợ: Tung và bắt bóng bằng hai tay, dội bóng. Chuyền bóng cao tay. Trò chơi: “Chuyền và bắt bóng cao tay bằng hai tay tiếp sức”; “Chuyền bóng qua đầu”.

+ Năng lực tham gia hoạt động thể thao: Học sinh tham gia tích cực, hiệu quả trong hoạt động chơi trò chơi.

3. Phẩm chất: Chăm chỉ, trung thực khi thực hiện nhiệm vụ được giao; có trách nhiệm đối với đồng đội khi tham gia trò chơi.

**II. Thiết bị dạy học và học liệu**

1. Chuẩn bị của Giáo viên: Tranh, Bóng chuyền (5 - 10 quả), sân, cột lưới, còi 01 cái, cọc nấm.

2. Chuẩn bị của Học sinh: Vệ sinh sân tập, nghiên cứu các bài tập SGK, áo quần gọn gàng.

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | **LVĐ** | **Tổ chức thực hiện** | |
| **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **Tiết 49**  **1. Hoạt động mở đầu:**  **a. Nhận lớp**  - Mục tiêu: HS biết được về nội dung học tập.  *- Kiểm tra sĩ số 9A:*  *9B:*  *- Phổ biến nội dung yêu cầu buổi học*  **b. Khởi động:**  - Mục tiêu: HS biết cách khởi động chung và chuyên môn.  *- Khởi động chung:+* Chạy nhẹ nhàng thành vòng tròn thực hiện các động tác tay cao, tay ngực, lườn, vặn mình, lưng bụng.  + Xoay các khớp: Cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối…  + Ép dẻo: Ép ngang, ép dọc..  *- Khởi động chuyên môn*  Thực hiện chạy bước nhỏ, nâng cao đùi, gót chạm mông. | 3’  7’  2lx8n  2lx8n  2lx8n  2lx15m | Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học  - GV HD học sinh khởi động. | Đội hình nhận lớp  **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 x x x x x**  (GV)  - Sản phẩm: HS thực hiện được các nội dung học tập.  - HS nắm bắt và báo cáo  - Sản phẩm: HS thực hiện được các động tác khởi động chung và chuyên môn, chuyển được trạng thái cơ thể hoạt động bình thường sang trạng thái vào hoạt động cao hơn, hoàn thành LVĐ khởi động.  - HS thực hiện khởi động chung theo đội hình vòng tròn.  - Khởi động chuyên môn theo đội hình thước thợ. |
| **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới**  **- Mục tiêu:** Biết cách thực hiện chuyền bóng cao tay; bài tập bổ trợ: Tung và bắt bóng bằng hai tay, dội bóng.  - Ôn tập bài tập bổ trợ : Tung và bắt bóng hai tay.  - Ôn tập chuyền bóng cao tay | 10’ | - GV nhắc lại kĩ thuật động tác sau đó cho học sinh luyện tập.  GV quan sát sửa sai cho từng hs.  - Cho học sinh tập luyện đồng loạt | **- Sản phẩm:** Học sinh thực hiện được chuyền bóng cao tay; bài tập bổ trợ: Tung và bắt bóng bằng hai tay, dội bóng.  - HS tập trung thực hiện theo chỉ dẫn của GV.  - Ghi nhớ thực hiện kĩ thuật động tác theo hướng dẫn của giáo viên. |
| **3. Hoạt động tập luyện**  **a. Luyện tập:**  **- Mục tiêu:** Biết cách thực hiện chuyền bóng cao tay; bài tập bổ trợ: Tung và bắt bóng bằng hai tay, dội bóng. Trò chơi: “Chuyền và bắt bóng cao tay bằng hai tay tiếp sức”  - Ôn tập bài tập bổ trợ : Tung và bắt bóng hai tay, dội bóng.  - Ôn tập chuyền bóng cao tay.  - Trò chơi: “Chuyền và bắt bóng cao tay bằng hai tay tiếp sức”  **b. Củng cố:** Thực hiện kĩ thuật chuyền bóng cao tay. | 17-20' | * GV tổ chức tập luyện * GV chia nhóm tập luyện. GV đi lại các nhóm sửa cho HS   - GV tổ chức cho HS tập luyện đồng loạt theo hàng ngang (từng tổ/nhóm).  - GV hướng dẫn học sinh chơi: phổ biến luân chơi, cách chơi. Khen thưởng, kỷ luật.  - Giáo viên gọi 2 – 3 học sinh lên thực hiện, quan sát và kết luận | **- Sản phẩm:** Thực hiện được chuyền bóng cao tay; bài tập bổ trợ: Tung và bắt bóng bằng hai tay, dội bóng. Trò chơi:“Chuyền và bắt bóng cao tay bằng hai tay tiếp sức”.  - Đội hình luyện tập.  X ⇔ X X ⇔ X  X ⇔ X X ⇔ X  X ⇔ X X ⇔ X  X ⇔ X X ⇔ X  X ⇔ X X ⇔ X  - HS chơi trò chơi tích cực, vui vẻ.  - Học sinh quan sát và nhận xét bạn thực hiện động tác. |
| **4. Hoạt động vận dụng**  - **Mục tiêu**: Biết vận dụng các nội dung đã học để tự tập hằng ngày.  -Vận dụng được các nội dung đã học để tự tập hằng ngày nâng cao sức khỏe. Tự tập cá nhân hằng ngày vào buổi sáng hoặc chiều tối. | 5’ | - Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng.  - Hướng dẫn HS vận dung các động tác và trò chơi đã học để tập luyện hằng ngày. | **- Sản phẩm:** Thực hiện được các nội dung đã học  - Thực hiện theo yêu cầu vận dụng.  - Thảo luận, trả lời câu hỏi của Gv. |
| **Tiết 50**  **1. Hoạt động mở đầu:**  **a. Nhận lớp**  - Mục tiêu: HS biết được về nội dung học tập.  *- Kiểm tra sĩ số 9A:*  *9B:*  *- Phổ biến nội dung yêu cầu buổi học*  **b. Khởi động:**  - Mục tiêu: HS biết cách khởi động chung và chuyên môn.  *- Khởi động chung:+* Chạy nhẹ nhàng thành vòng tròn thực hiện các động tác tay cao, tay ngực, lườn, vặn mình, lưng bụng.  + Xoay các khớp: Cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối…  + Ép dẻo: Ép ngang, ép dọc..  *- Khởi động chuyên môn*  Thực hiện chạy bước nhỏ, nâng cao đùi, gót chạm mông. | 3’  7’  2lx8n  2lx8n  2lx8n  2lx15m | Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học  - GV HD học sinh khởi động. | Đội hình nhận lớp  **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 x x x x x**  (GV)  - Sản phẩm: HS thực hiện được các nội dung học tập.  - HS nắm bắt và báo cáo  - Sản phẩm: HS thực hiện được các động tác khởi động chung và chuyên môn, chuyển được trạng thái cơ thể hoạt động bình thường sang trạng thái vào hoạt động cao hơn, hoàn thành LVĐ khởi động.  - HS thực hiện khởi động chung theo đội hình vòng tròn.  - Khởi động chuyên môn theo đội hình thước thợ. |
| **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới**  **- Mục tiêu:** Biết cách thực hiện chuyền bóng cao tay; bài tập bổ trợ: Tung và bắt bóng bằng hai tay, dội bóng.  - Ôn tập bài tập bổ trợ : Tung và bắt bóng hai tay, dội bóng.  - Ôn tập chuyền bóng cao tay | 10’ | - GV nhắc lại kĩ thuật động tác sau đó cho học sinh luyện tập.  GV quan sát sửa sai cho từng hs.  - Cho học sinh tập luyện đồng loạt | **- Sản phẩm:** Học sinh thực hiện được chuyền bóng cao tay; bài tập bổ trợ: Tung và bắt bóng bằng hai tay, dội bóng.  - HS tập trung thực hiện theo chỉ dẫn của GV.  - Ghi nhớ thực hiện kĩ thuật động tác theo hướng dẫn của giáo viên. |
| **3. Hoạt động tập luyện**  **a. Luyện tập:**  **- Mục tiêu:** Biết cách thực hiện chuyền bóng cao tay; bài tập bổ trợ: Tung và bắt bóng bằng hai tay, dội bóng. Trò chơi: “Chuyền bóng qua đầu”  - Ôn tập bài tập bổ trợ : Tung và bắt bóng hai tay, dội bóng.  - Ôn tập chuyền bóng cao tay.  - Trò chơi: “Chuyền bóng qua đầu”  **b. Củng cố:** Thực hiện kĩ thuật chuyền bóng cao tay. | 17-20' | * GV tổ chức tập luyện * GV chia nhóm tập luyện. GV đi lại các nhóm sửa cho HS   - GV tổ chức cho HS tập luyện đồng loạt theo hàng ngang (từng tổ/nhóm).  - GV hướng dẫn học sinh chơi: phổ biến luân chơi, cách chơi. Khen thưởng, kỷ luật.  - Giáo viên gọi 2 – 3 học sinh lên thực hiện, quan sát và kết luận | **- Sản phẩm:** Thực hiện được chuyền bóng cao tay; bài tập bổ trợ: Tung và bắt bóng bằng hai tay, dội bóng. Trò chơi: “Chuyền bóng qua đầu”  - Đội hình luyện tập.  X ⇔ X X ⇔ X  X ⇔ X X ⇔ X  X ⇔ X X ⇔ X  X ⇔ X X ⇔ X  X ⇔ X X ⇔ X  - HS chơi trò chơi tích cực, vui vẻ.  - Học sinh quan sát và nhận xét bạn thực hiện động tác. |
| **4. Hoạt động vận dụng**  - **Mục tiêu**: Biết vận dụng các nội dung đã học để tự tập hằng ngày.  -Vận dụng được các nội dung đã học để tự tập hằng ngày nâng cao sức khỏe. Tự tập cá nhân hằng ngày vào buổi sáng hoặc chiều tối. | 5’ | - Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng.  - Hướng dẫn HS vận dung các động tác và trò chơi đã học để tập luyện hằng ngày.  - Vận dụng kĩ tuật chuyền bóng cao tay vào tập luyện hằng ngày. | **- Sản phẩm:** Thực hiện được các nội dung đã học  - Thực hiện theo yêu cầu vận dụng.  - Thảo luận, trả lời câu hỏi của Gv.  - HS trả lời tiếp thu và thực hiện … |
| **5. Hoạt động kết thúc:**  **- Mục tiêu:** Hs biết cách thả lỏng hồi tĩnh, dần đưa cơ thể về trạng thái ban đầu.  - Hồi tĩnh  - Nhận xét - đánh giá tiết học.  - Dặn dò: Xem trước sách giáo khoa về các kĩ thuật giậm nhảy và bước bộ, bài tập phát triển sức mạnh chân.  - Phòng tránh tai nạn đuối nước.  - Xuống lớp | 5’ | GV nhận xét giờ học  Hướng dẫn về nhà  - GV phổ biến và hướng dẫn hs cách phòng tránh tai nạn đuối nước. | **- Sản phẩm:** HS thả lỏng đưa cơ thể dần về trạng thái tĩnh.  - Đội hình kết thúc  🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹    🚹Δ(GV)  - HS tập trung thực hiện theo chỉ dẫn của GV.  - HS nhận nhiệm vụ mới về nhà hoàn thiện  - Hs chú ý lắng nghe và thực hiện theo chỉ dẫn của giáo viên. |

**\* Ghi chú:** Em Dần học chung với các học sinh trong lớp với sự giúp đỡ của thầy giáo và bạn bè cùng lớp.