

## TTTC (BÓNG RỔ)

### KĨ THUẬT CHUYỀN VÀ BẮT BÓNG HAI TAY TRƯỚC NGỰC BẬT ĐẤT

#### I. Mục tiêu bài học

##### 1. Kiến thức:

- Ôn: Tại chỗ chuyền bóng hai tay trước ngực. Tại chỗ bắt bóng hai tay trước ngực.
- Học mới: Bài tập bổ trợ: Tại chỗ bật nhảy bắt bóng bằng hai tay trên cao. Di chuyển ra trước kết hợp bật nhảy bắt bóng bằng hai tay trên cao.
- Trò chơi bổ trợ “ Giành bóng”.

##### 2. Về năng lực:

##### 2.1. Năng lực chung:

- **Tự chủ và tự học: Tự xem tranh một số kĩ thuật dẫn bóng;**
- Ôn: Tại chỗ chuyền bóng hai tay trước ngực. Tại chỗ bắt bóng hai tay trước ngực.
- Học mới: Bài tập bổ trợ: Tại chỗ bật nhảy bắt bóng bằng hai tay trên cao. Di chuyển ra trước kết hợp bật nhảy bắt bóng bằng hai tay trên cao.
- Trò chơi bổ trợ “ Giành bóng”.
- **Giao tiếp và hợp tác:** Biết phân công, hợp tác và giúp đỡ bạn trong quá trình học tập và khi tham gia trò chơi.

##### 2.2. Năng lực đặc thù:

- **NL chăm sóc SK:** Thực hiện vệ sinh cá nhân trước và sau khi tập luyện, đảm bảo an toàn trong tập luyện.
- **NL vận động cơ bản:** Thực hiện cơ bản đúng các động tác bổ trợ. Tham gia và biết cách thực hiện trò chơi vận động.
- **Năng lực hoạt động TĐTT:** Nhận biết được mục đích, nội dung, yêu cầu và cách thực hiện bài tập.

##### 3. Về phẩm chất: Bài học góp phần bồi dưỡng cho học sinh các phẩm chất cụ thể:

- **Trung thực:** Thực hiện đầy đủ lượng vận động và nội dung giáo viên đề ra, khai báo kết quả một cách trung thực.
- **Trách nhiệm:** Học sinh có trách nhiệm với bản thân. Có trách nhiệm tham gia hoạt động nhóm, quản lý nhóm, có trách nhiệm hoàn thành nội dung tập luyện.


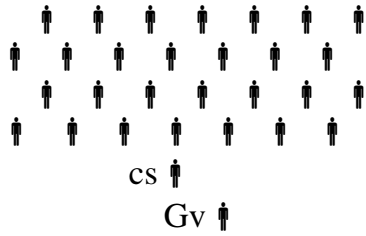
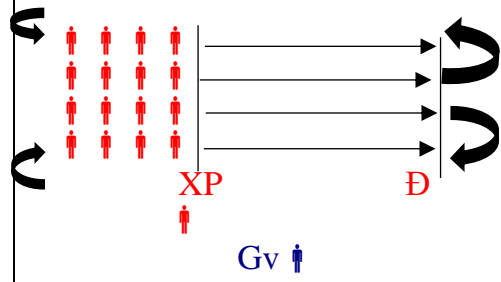
#### II. Thiết bị dạy học và học liệu.

+ **Chuẩn bị của giáo viên:** Trang phục gọn gàng, Kế hoạch bài dạy, Còi, tranh ảnh.

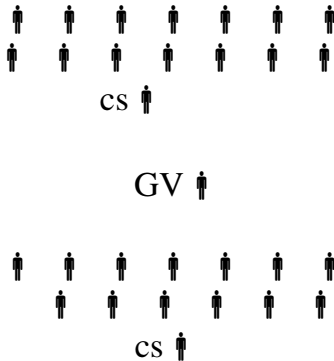
+ **Chuẩn bị của học sinh:** Trang phục (giày TT), sách giáo khoa phù hợp với tiết học.

#### III. Tiến trình dạy và học.

Mục tiêu	Nội dung	Sản phẩm	Tổ chức thực hiện
<b>1. Hoạt động 1: Mở đầu (6-8p)</b>			
- Tiếp nhận ban đầu về nội dung học tập. -Tạo tâm thế hứng thú cho học sinh và	* <b>Nhận lớp.</b> - Phổ biến nội dung và mục tiêu bài học -GV cho HS khởi động	(SP): HS chuyển được trạng thái cơ thể hoạt động bình thường	<b>Bước 1: GV giao nhiệm vụ:</b> - GV nhận lớp, kiểm tra sức khỏe học sinh, phổ biến nội dung và mục tiêu bài học. - Gv di chuyển, quan sát và chỉ dẫn đôn đốc học sinh.

<p>từng bước làm quen bài học. - Hoàn thành LVD khởi động.</p>		<p>sang trạng thái vào hoạt động cao hơn.</p>	<p><b>Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Cán sự lớp tập hợp lớp theo đội hình 4 hàng ngang, báo cáo sĩ số.</li> <li>- HS quan sát, lắng nghe nội dung và mục tiêu giờ học.</li> <li>- Đội hình nhận lớp.</li> </ul>  <p style="text-align: center;">GV ↓</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* <b>Khởi động chung:</b> Xoay các khớp; ép dọc, ép ngang.</li> <li>- Đội hình khởi động..</li> </ul>  <p style="text-align: center;">CS ↓ Gv ↓</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* <b>Khởi động chuyên môn.</b></li> <li>- Chạy bước nhỏ, nâng cao đùi, gót chạm mông.</li> <li>- Theo phương pháp quay vòng.</li> <li>- Từ đội hình trên giáo viên hướng dẫn học sinh khởi động.</li> </ul>  <p style="text-align: center;">XP      Đ Gv ↓</p> <p><b>Bước 3; Tổ chức báo cáo.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Cán sự lớp báo cáo kết quả hoàn thành lượng vận động khởi động.</li> </ul> <p><b>Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- GV đánh giá, nhận xét, chuẩn kiến thức, chuyển sang nội dung mới.</li> </ul>
<p><b>2. Hoạt động 2: Hình thành kiến thức mới (3-5p)</b></p>			

<p>- Ôn: Tại chỗ chuyền bóng hai tay trước ngực. Tại chỗ bắt bóng hai tay trước ngực.</p> <p>- Học mới: Bài tập bổ trợ: Tại chỗ bật nhảy bắt bóng bằng hai tay trên cao. Di chuyển ra trước kết hợp bật nhảy bắt bóng bằng hai tay trên cao.</p> <p>- Trò chơi bổ trợ “ Giành bóng”.</p>	<p>-GV trình bày vấn đề; HS lắng nghe, thực hành luyện tập theo sự hướng dẫn của GV.</p> <p><b>Xem nội dung sách GDTC 6, GDTC 7</b></p> <p>- Học sinh xem tranh và mô tả cách thức thực hiện động tác.</p> <p>- Quan sát động tác mẫu, nghe GV phân tích và thực hiện.</p>	<p>-HS nhận biết và thực hiện cơ bản kỹ thuật dẫn bóng tại chỗ, dẫn bóng trên đường thẳng, bài tập bổ trợ.</p> <p>-HS thực luyện tập cá nhân, luyện tập theo nhóm.</p>	<p><b>Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập</b></p> <p>- GV chỉ dẫn HS tự thực hiện các động tác bổ trợ, Dẫn bóng trên đường thẳng. Chuyền bóng vòng quanh chân trước; Quay trước sang phải, trái; Quay sau sang phải trái; Dẫn Bóng đi trên đường vòng</p> <p>-GV Chỉ dẫn một số sai sót thường gặp khi luyện tập.</p> <p><b>Bước 2: Thực hiện nhiệm vụ học tập</b></p> <p>- Nhóm trưởng điều hành HS trong nhóm xem tranh, thảo luận và thực hiện mô phỏng</p> <p>- Học sinh chủ động hợp tác trao đổi ý kiến.</p> <p>- Ghi nhớ tên và hình ảnh kỹ thuật động tác.</p> <p>- HS lắng nghe, thực hành luyện tập theo sự hướng dẫn của GV.</p> <p>- GV hướng dẫn, theo dõi, hỗ trợ HS nếu cần thiết</p> <p><b>Bước 3: Tổ chức báo cáo</b></p> <p>- GV gọi HS thực hiện đồng loạt động tác; HS thực hiện mẫu động tác.</p> <p>- GV mời HS khác nhận xét, bổ sung.</p> <p><b>Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận</b></p> <p>- GV đánh giá, nhận xét, chuẩn kiến thức, chuyển sang nội dung mới.</p> <p>- GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ thực hiện của học sinh.</p> <p>- GV thị phạm động tác, học sinh quan sát.</p>
<p><b>3. Hoạt động 3: Luyện tập (20-22p)</b></p>			
<p>- Ôn: Tại chỗ chuyền bóng hai tay trước ngực. Tại chỗ bắt bóng hai tay trước ngực.</p>	<p>- Thực hiện tập luyện.</p>	<p>HS thực hiện bài tập bổ trợ, kỹ thuật dẫn bóng trên đường thẳng, dẫn bóng tại</p>	<p><b>Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập</b></p> <p>Tổ chức hoạt động luyện tập đồng loạt, sau đó chia nhóm.</p> <p>- GV Chia lớp thành 02-04 nhóm, tập luyện.</p>

<p>- Học mới: Bài tập hỗ trợ: Tại chỗ bật nhảy bắt bóng bằng hai tay trên cao. Di chuyển ra trước kết hợp bật nhảy bắt bóng bằng hai tay trên cao.</p> <p>- Trò chơi hỗ trợ “Giành bóng”.</p>	<p>- Gv viên nêu cách thực hiện, tổ chức trò chơi, luật chơi.</p>	<p>chỗ, bài tập hỗ trợ quay trước sang phải trái.</p> <p>-Biết cách thức, tổ chức cách chơi và thực hiện được trò chơi</p>	<p>-Tổ chức trò chơi phát triển Trò chơi phát triển khéo</p> <p>- GV tổ chức và hướng dẫn cho HS thực hiện trò chơi “Dẫn bóng nhanh trên đường thẳng”</p> <p>- GV quản lý chung.</p> <p><b>Bước 2: Thực hiện nhiệm vụ học tập</b></p> <p>- Nhóm trưởng điều hành HS tập luyện.</p> <p>- Tổ chức các hình thức luyện tập: Cá nhân, nhóm, cả lớp</p> <div style="text-align: center;">  </div> <p>- Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn hoạt động luyện tập của HS</p> <p>- Hướng dẫn HS phát hiện và sửa chữa sai sót khi thực hiện kỹ thuật</p> <p>-Tổ chức trò chơi phát triển Trò chơi phát triển khéo léo.</p> <p><b>Bước 3: Tổ chức báo cáo</b></p> <p>- GV mời đại diện một số nhóm thực hiện động tác, sau đó mời các nhóm còn lại nhận xét.</p> <p><b>Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận</b></p> <p>- GV nhận xét, đánh giá về mức độ tiếp thu kiến thức, kỹ năng của HS.</p>
<p><b>4. Hoạt động 4: Vận dụng (3-5phút)</b></p>			
<p>Học sinh biết tự tập luyện hằng ngày.</p>	<p>Bài tập hỗ trợ với bóng và một số kỹ thuật dẫn bóng đã học.</p>	<p>HS tự tập luyện ở nhà.</p>	<p><b>Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập</b></p> <p>- GV yêu cầu học sinh tự tập luyện</p> <p>- Hướng dẫn HS sử dụng SGK GDTC 7 trang 79 để tự tập luyện (buổi học sau mời 1 - 2 HS thực hiện động tác).</p>

			<p><b>Bước 2: Thực hiện nhiệm vụ học tập</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- HS lắng nghe, xem sách và thực hiện ở nhà.</li> <li>- HS tiếp nhận bài tập của GV: Tự tập luyện ngoài giờ, các tình huống vận dụng</li> </ul>
<b>5. Hoạt động: Kết thúc (3-5 phút)</b>			
- Đưa cơ thể về trạng thái ban đầu.	Thực hiện hồi tĩnh, nhận xét tiết học, hướng dẫn HS sử dụng SGK và tự luyện tập	- Cơ thể được hồi phục sau luyện tập. - Phẩm chất, năng lực hình thành ở HS.	<p><b>Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hướng dẫn HS thực hiện thả lỏng; nhận xét giờ học</li> </ul> <p><b>Bước 2: Thực hiện nhiệm vụ học tập</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- HS thực hiện các động tác thả lỏng.</li> <li>- GV nhận xét đánh giá giờ dạy.</li> </ul>

## TTTC (BÓNG RỔ)

### KĨ THUẬT CHUYỀN VÀ BẮT BÓNG HAI TAY TRƯỚC NGỰC BẬT ĐẤT

#### I. Mục tiêu bài học

##### 1. Kiến thức:

- Ôn: Tại chỗ chuyền bóng hai tay trước ngực. Tại chỗ bắt bóng hai tay trước ngực.
- Học mới: Bài tập bổ trợ: Tại chỗ bật nhảy bắt bóng bằng hai tay trên cao. Di chuyển ra trước kết hợp bật nhảy bắt bóng bằng hai tay trên cao.
- Trò chơi bổ trợ “ Giành bóng”.

##### 2. Về năng lực:

###### 2.1. Năng lực chung:

- **Tự chủ và tự học: Tự xem tranh một số kĩ thuật dẫn bóng;**
- Ôn: Tại chỗ chuyền bóng hai tay trước ngực. Tại chỗ bắt bóng hai tay trước ngực.
- Học mới: Bài tập bổ trợ: Tại chỗ bật nhảy bắt bóng bằng hai tay trên cao. Di chuyển ra trước kết hợp bật nhảy bắt bóng bằng hai tay trên cao.
- Trò chơi bổ trợ “ Giành bóng”.
- **Giao tiếp và hợp tác:** Biết phân công, hợp tác và giúp đỡ bạn trong quá trình học tập và khi tham gia trò chơi.

###### 2.2. Năng lực đặc thù:

- **NL chăm sóc SK:** Thực hiện vệ sinh cá nhân trước và sau khi tập luyện, đảm bảo an toàn trong tập luyện.
- **NL vận động cơ bản:** Thực hiện cơ bản đúng các động tác bổ trợ. Tham gia và biết cách thực hiện trò chơi vận động.
- **Năng lực hoạt động TĐTT:** Nhận biết được mục đích, nội dung, yêu cầu và cách thực hiện bài tập.

##### 3. Về phẩm chất: Bài học góp phần bồi dưỡng cho học sinh các phẩm chất cụ thể:

- **Trung thực:** Thực hiện đầy đủ lượng vận động và nội dung giáo viên đề ra, khai báo kết quả một cách trung thực.
- **Trách nhiệm:** Học sinh có trách nhiệm với bản thân. Có trách nhiệm tham gia hoạt động nhóm, quản lý nhóm, có trách nhiệm hoàn thành nội dung tập luyện.


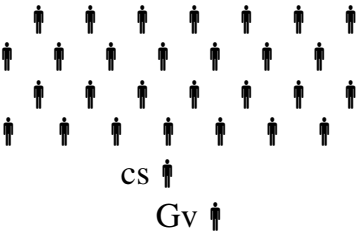
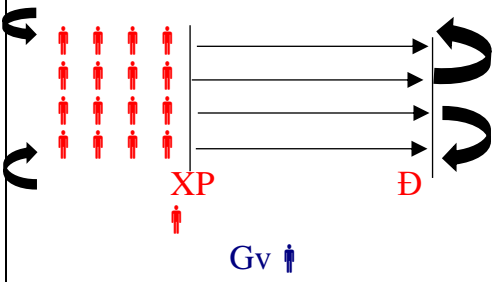
#### II. Thiết bị dạy học và học liệu.

+ **Chuẩn bị của giáo viên:** Trang phục gọn gàng, Kế hoạch bài dạy, Còi, tranh ảnh.

+ **Chuẩn bị của học sinh:** Trang phục (giày TT), sách giáo khoa phù hợp với tiết học.

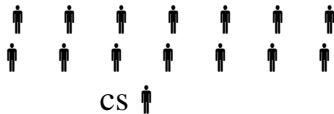
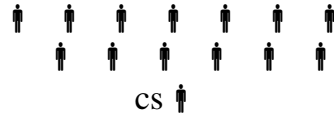
#### III. Tiến trình dạy và học.

Mục tiêu	Nội dung	Sản phẩm	Tổ chức thực hiện
<b>1. Hoạt động 1: Mở đầu (6-8p)</b>			
- Tiếp nhận ban đầu về nội dung học tập. -Tạo tâm thế hứng thú cho học sinh và	* <b>Nhận lớp.</b> - Phổ biến nội dung và mục tiêu bài học -GV cho HS khởi động	(SP): HS chuyển được trạng thái cơ thể hoạt động bình thường	<b>Bước 1: GV giao nhiệm vụ:</b> - GV nhận lớp, kiểm tra sức khỏe học sinh, phổ biến nội dung và mục tiêu bài học. - Gv di chuyển, quan sát và chỉ dẫn đôn đốc học sinh.

<p>từng bước làm quen bài học. - Hoàn thành LVD khởi động.</p>		<p>sang trạng thái vào hoạt động cao hơn.</p>	<p><b>Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Cán sự lớp tập hợp lớp theo đội hình 4 hàng ngang, báo cáo sĩ số.</li> <li>- HS quan sát, lắng nghe nội dung và mục tiêu giờ học.</li> <li>- Đội hình nhận lớp.</li> </ul>  <p style="text-align: center;">GV ↓</p> <p>* <b>Khởi động chung:</b> Xoay các khớp; ép dọc, ép ngang.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Đội hình khởi động..</li> </ul>  <p style="text-align: center;">CS ↓ Gv ↓</p> <p>* <b>Khởi động chuyên môn.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chạy bước nhỏ, nâng cao đùi, gót chạm mông.</li> <li>- Theo phương pháp quay vòng.</li> <li>- Từ đội hình trên giáo viên hướng dẫn học sinh khởi động.</li> </ul>  <p style="text-align: center;">XP      Đ Gv ↓</p> <p><b>Bước 3; Tổ chức báo cáo.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Cán sự lớp báo cáo kết quả hoàn thành lượng vận động khởi động.</li> </ul> <p><b>Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- GV đánh giá, nhận xét, chuẩn kiến thức, chuyển sang nội dung mới.</li> </ul>
<p><b>2. Hoạt động 2: Hình thành kiến thức mới (3-5p)</b></p>			

<p>- Ôn: Tại chỗ chuyền bóng hai tay trước ngực. Tại chỗ bắt bóng hai tay trước ngực.</p> <p>- Học mới: Bài tập bổ trợ: Tại chỗ bật nhảy bắt bóng bằng hai tay trên cao. Di chuyển ra trước kết hợp bật nhảy bắt bóng bằng hai tay trên cao.</p> <p>- Trò chơi bổ trợ “ Giành bóng”.</p>	<p>-GV trình bày vấn đề; HS lắng nghe, thực hành luyện tập theo sự hướng dẫn của GV.</p> <p><b>Xem nội dung sách GDTC 6, GDTC 7</b></p> <p>- Học sinh xem tranh và mô tả cách thức thực hiện động tác.</p> <p>- Quan sát động tác mẫu, nghe GV phân tích và thực hiện.</p>	<p>-HS nhận biết và thực hiện cơ bản kỹ thuật dẫn bóng tại chỗ, dẫn bóng trên đường thẳng, bài tập bổ trợ.</p> <p>-HS thực luyện tập cá nhân, luyện theo nhóm.</p>	<p><b>Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập</b></p> <p>- GV chỉ dẫn HS tự thực hiện các động tác bổ trợ, Dẫn bóng trên đường thẳng. Chuyền bóng vòng quanh chân trước; Quay trước sang phải, trái; Quay sau sang phải trái; Dẫn Bóng đi trên đường vòng</p> <p>-GV Chỉ dẫn một số sai sót thường gặp khi luyện tập.</p> <p><b>Bước 2: Thực hiện nhiệm vụ học tập</b></p> <p>- Nhóm trưởng điều hành HS trong nhóm xem tranh, thảo luận và thực hiện mô phỏng</p> <p>- Học sinh chủ động hợp tác trao đổi ý kiến.</p> <p>- Ghi nhớ tên và hình ảnh kỹ thuật động tác.</p> <p>- HS lắng nghe, thực hành luyện tập theo sự hướng dẫn của GV.</p> <p>- GV hướng dẫn, theo dõi, hỗ trợ HS nếu cần thiết</p> <p><b>Bước 3: Tổ chức báo cáo</b></p> <p>- GV gọi HS thực hiện đồng loạt động tác; HS thực hiện mẫu động tác.</p> <p>- GV mời HS khác nhận xét, bổ sung.</p> <p><b>Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận</b></p> <p>- GV đánh giá, nhận xét, chuẩn kiến thức, chuyển sang nội dung mới.</p> <p>- GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ thực hiện của học sinh.</p> <p>- GV thị phạm động tác, học sinh quan sát.</p>
<p><b>3. Hoạt động 3: Luyện tập (20-22p)</b></p>			
<p>- Ôn: Tại chỗ chuyền bóng hai tay trước ngực. Tại chỗ bắt bóng hai tay trước ngực.</p>	<p>- Thực hiện tập luyện.</p>	<p>HS thực hiện bài tập bổ trợ, kỹ thuật dẫn bóng trên đường thẳng, dẫn bóng tại</p>	<p><b>Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập</b></p> <p>Tổ chức hoạt động luyện tập đồng loạt, sau đó chia nhóm.</p> <p>- GV Chia lớp thành 02-04 nhóm, tập luyện.</p>



<p>- Học mới: Bài tập bổ trợ: Tại chỗ bật nhảy bắt bóng bằng hai tay trên cao. Di chuyển ra trước kết hợp bật nhảy bắt bóng bằng hai tay trên cao.</p> <p>- Trò chơi bổ trợ “Giành bóng”.</p>	<p>- Gv viên nêu cách thực hiện, tổ chức trò chơi, luật chơi.</p>	<p>chỗ, bài tập bổ trợ quay trước sang phải trái.</p> <p>-Biết cách thức, tổ chức cách chơi và thực hiện được trò chơi</p>	<p>-Tổ chức trò chơi phát triển Trò chơi phát triển khéo</p> <p>- GV tổ chức và hướng dẫn cho HS thực hiện trò chơi “Dẫn bóng nhanh trên đường thẳng”</p> <p>- GV quản lý chung.</p> <p><b>Bước 2: Thực hiện nhiệm vụ học tập</b></p> <p>- Nhóm trưởng điều hành HS tập luyện.</p> <p>- Tổ chức các hình thức luyện tập: Cá nhân, nhóm, cả lớp</p> <div style="text-align: center;">  <p>cs</p> <p>GV</p>  <p>cs</p> </div> <p>- Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn hoạt động luyện tập của HS</p> <p>- Hướng dẫn HS phát hiện và sửa chữa sai sót khi thực hiện kĩ thuật</p> <p>-Tổ chức trò chơi phát triển Trò chơi phát triển khéo léo.</p> <p><b>Bước 3: Tổ chức báo cáo</b></p> <p>- GV mời đại diện một số nhóm thực hiện động tác, sau đó mời các nhóm còn lại nhận xét.</p> <p><b>Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận</b></p> <p>- GV nhận xét, đánh giá về mức độ tiếp thu kiến thức, kỹ năng của HS.</p>
<p><b>4. Hoạt động 4: Vận dụng (3-5phút)</b></p>			
<p>Học sinh biết tự tập luyện hằng ngày.</p>	<p>Bài tập bổ trợ với bóng và một số kĩ thuật dẫn bóng đã học.</p>	<p>HS tự tập luyện ở nhà.</p>	<p><b>Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập</b></p> <p>- GV yêu cầu học sinh tự tập luyện</p> <p>- Hướng dẫn HS sử dụng SGK GDTC 7 trang 79 để tự tập luyện (buổi học sau mời 1 - 2 HS thực hiện động tác).</p>

			<p><b>Bước 2: Thực hiện nhiệm vụ học tập</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- HS lắng nghe, xem sách và thực hiện ở nhà.</li> <li>- HS tiếp nhận bài tập của GV: Tự tập luyện ngoài giờ, các tình huống vận dụng</li> </ul>
<b>5. Hoạt động: Kết thúc (3-5 phút)</b>			
- Đưa cơ thể về trạng thái ban đầu.	Thực hiện hồi tĩnh, nhận xét tiết học, hướng dẫn HS sử dụng SGK và tự luyện tập	- Cơ thể được hồi phục sau luyện tập. - Phẩm chất, năng lực hình thành ở HS.	<p><b>Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hướng dẫn HS thực hiện thả lỏng; nhận xét giờ học</li> </ul> <p><b>Bước 2: Thực hiện nhiệm vụ học tập</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- HS thực hiện các động tác thả lỏng.</li> <li>- GV nhận xét đánh giá giờ dạy.</li> </ul>