

**KẾ HOẠCH BÀI DẠY: Số 22**

Tuần : 22

Tiết KHDH: 43 + 44

**CHỦ ĐỀ: BÓNG ĐÁ – LỚP 10**

Ngày soạn: 10 - 9

Ngày dạy:

**NỘI DUNG BÀI DẠY:**

- Ôn: + *Kỹ thuật đá bóng bằng lòng bàn chân.*  
+ *Kỹ thuật đá bóng bằng mu giữa bàn chân*
- *Bài tập phối hợp kỹ thuật.*
- *Thể lực: Do GV chọn*

## **I. Mục tiêu:**

### **1. Kiến thức:**

- Học sinh biết cách thực hiện kỹ thuật đá bóng bằng lòng và mu giữa bàn chân, bài tập phối hợp kỹ thuật.
- Học sinh biết cách thực hiện bài tập thể lực nhằm nâng cao sức khỏe.

### **2. Phẩm chất:**

*Bài học góp phần hình thành các phẩm chất chăm chỉ, trung thực, trách nhiệm, cụ thể:*

- Chăm chỉ: Có ý thức tự học, tự rèn luyện, tự giác, tích cực, nhiệt tình tham gia hoạt động nhóm
- Trung thực: + Biết điều chỉnh, sửa sai một số động tác thông qua nghe, quan sát, tập luyện của bản thân, tổ nhóm.  
+ Nhận xét đúng, trung thực về các bạn khi thực hiện kỹ thuật động tác.
- Trách nhiệm: Có ý thức hỗ trợ, giúp đỡ, hợp tác với các bạn trong nhóm để đạt kết quả tốt.

### **3. Năng lực: Bài học góp phần hình thành, phát triển các năng lực sau đây:**

#### **3.1. Năng lực chung.**

##### **- Năng lực tự chủ và tự học:**

- + HS chủ động tìm hiểu tài liệu, video, hình ảnh liên quan bài học, quan sát động tác của GV
- + HS có ý thức tập luyện cá nhân, phát huy năng lực tự học, tự quan sát, tự sửa sai.

##### **- Năng lực giao tiếp và hợp tác:**

- + Biết sử dụng thuật ngữ, kết hợp với tranh ảnh và quan sát để trình bày thông tin về động tác.
- + Biết hợp tác trong nhóm, cặp đôi để thực hiện kỹ thuật, bài tập.

##### **- Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo:**

- + Biết phán đoán, xử lý các tình huống linh hoạt trong tập luyện môn Bóng đá.
- + Thông qua nghe, quan sát, tập luyện của bản thân, cặp đôi và tổ/nhóm, HS biết phát hiện sai lầm của mình và của bạn khi tập luyện từ đó nhận xét, điều chỉnh, sửa sai rút kinh nghiệm cho bản thân.

#### **3.2. Năng lực đặc thù.**

##### **- NL chăm sóc sức khỏe:**

- + HS giữ gìn vệ sinh cá nhân, vệ sinh sân tập trước, trong và sau khi học.
- + HS nghiêm túc, đảm bảo an toàn trong tập luyện.

##### **- NL vận động cơ bản:**

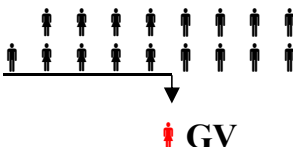
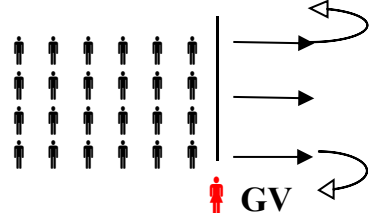
- + HS thực hiện được kỹ thuật đá bóng bằng lòng và mu giữa bàn chân, bài tập phối hợp.

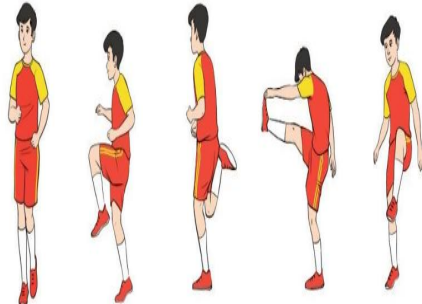
- + Thực hiện được bài tập phát triển thể lực.
- **NL hoạt động TDTT:**
- + HS biết và tham gia tích cực vào hoạt động nhóm, trình diễn.
- + Vận dụng được những hiểu biết về môn Bóng đá để sinh hoạt và tập luyện hằng ngày.

**II. Thiết bị dạy học và học liệu.**

- Địa điểm: Sân Bóng đá của trường.
- Giáo viên: KHBD; tranh ảnh (nếu có); còi; 16 cây cọc luôn; cầu môn: 02; lưới: 02; 20 quả bóng đá số 4&5.
- Học sinh: Trang phục thể thao, giày thể thao

**III. Tiến trình dạy học.**

| NỘI DUNG                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | LVĐ                                            | PHƯƠNG PHÁP, HÌNH THỨC TỔ CHỨC VÀ YÊU CẦU                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                | HOẠT ĐỘNG CỦA GV                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | HOẠT ĐỘNG CỦA HS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>A. Hoạt động: Mở đầu. (10-15')</b><br><b>a. Mục tiêu:</b> Tạo tâm thế cho HS tiếp nhận nhiệm vụ học tập.<br><b>b. Nội dung:</b> Nhận lớp; phổ biến nội dung, mục tiêu bài học; khởi động<br><b>c. Sản phẩm:</b> HS tiếp thu phổ biến của GV và thực hiện được bài khởi động chung, chuyên môn<br><b>d. Tổ chức thực hiện:</b>                                                                                                                                                                                |                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <p><b>* Nhận lớp:</b> LT Tập trung lớp thành 4 tổ hàng ngang, điểm số, báo cáo.</p> <p><b>* Giáo viên phổ biến:</b> nội dung, mục tiêu bài học.</p> <p><b>* Khởi động chung:</b><br/>+ Bài thể dục tay không: Vươn thở, tay vai, tay ngực, vặn mình, lườn, lưng bụng, chân, toàn thân<br/>+ Các khớp cổ tay, chân, vai, hông, gối, ép ngang, dọc,.....</p> <p><b>* Khởi động chuyên môn:</b><br/>+ Chạy bước nhỏ;<br/>+ Chạy nâng cao đùi;<br/>+ Chạy gót chạm mông;<br/>+ Đá đuổi chân;<br/>+ Chạy mở đùi.</p> | <p>2lx8n<br/>/1đtác</p> <p>2Lx10m<br/>đtác</p> | <p><b>Bước 1: Giao nhiệm vụ.</b><br/>- GV yêu cầu LT tập trung lớp điểm số, báo cáo.<br/>+ PP sử dụng lời nói.<br/>+ PP trực quan.</p> <p>- GV nhận lớp phổ biến nội dung, mục tiêu của bài học.<br/>- Hỏi thăm tình hình sức khỏe và kiểm tra trang phục của HS</p> <p>- GV quan sát, chỉ dẫn cho HS thực hiện khởi động.<br/><b>* GV tổ chức cho HS khởi động dưới hình thức: Tập luyện đồng loạt, tổ/nhóm.</b></p> <p>- PP đồng loạt.</p> <p>- PP dòng chảy</p> | <p><b>Bước 2: Thực hiện nhiệm vụ</b><br/>- HS quan sát, lắng nghe và nhận nhiệm vụ.</p> <div><p><b>GV</b><br/>Nhận lớp</p><p>- LT tập trung lớp, điểm số, báo cáo tình hình lớp học cho GV.</p><p>- LT điều khiển lớp khởi động chung, chuyên môn.</p><div><p><b>GV</b><br/>Đội hình 4 hàng ngang so le</p><div><p><b>GV</b></p></div></div></div> |

|                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                          |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>* Kiểm tra TX:</b> Kỹ thuật đá bóng bằng lòng bàn chân.</p>  <p>(a) Chạy bước nhỏ (b) Chạy nâng cao đùi (c) Chạy gối chạm mông (d) Chạy đá đuôi chân (e) Chạy mở đùi</p> | <p>1-2hs</p> <p>- GV gọi 1-2HS lên thực hiện kỹ thuật</p> <p><b>Bước 4: K/luận, nhận định</b></p> <p>- GV nhận xét quá trình khởi động của cả lớp.</p> <p>+ GV nhận xét, sử dụng phương pháp quan sát, công cụ là thang đo để đánh giá mức độ thực hiện của HS.</p> <p><b>* Yêu cầu:</b></p> <p>+ Trang phục gọn gàng.</p> <p>+ Trật tự - nghiêm túc.</p> <p>+ HS tích cực, chủ động và thực hiện được các động tác khởi động.</p> <p>+ Thực hiện được bài kiểm tra</p> | <p>1-2HS lên thực hiện kỹ thuật</p> <p><b>Bước 3: Báo cáo, thảo luận</b></p> <p>- LT báo cáo kết quả khởi động của lớp.</p> <p>+ Cả lớp quan sát, tham gia nhận xét, đánh giá mức độ thực hiện bài kiểm tra của bạn.</p> |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

**B. Hoạt động: Hình thành kiến thức - Luyện tập. (65-70 phút)**

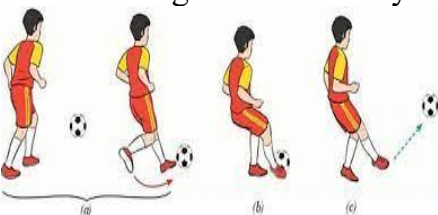
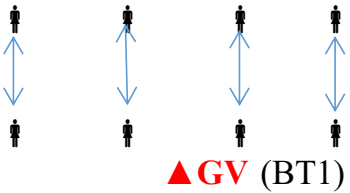
**1. Hoạt động 1: Ôn: Kỹ thuật đá bóng bằng lòng bàn chân (15-20')**

**a. Mục tiêu:** Hình thành được kỹ năng cho HS khi thực hiện kỹ thuật

**b. Nội dung:** GV nhắc lại kỹ thuật; HS lắng nghe, quan sát và thực hiện theo hướng dẫn.

**c. Sản phẩm:** HS thực hiện được kỹ thuật và hoàn thành lượng vận động.

**d. Tổ chức thực hiện:**

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>* Hình thành kiến thức:</b></p> <p><b>đá bóng bằng lòng bàn chân</b></p> <p>Nhắc lại cách thực hiện kỹ thuật để HS định hình được động tác và nêu những điểm cần chú ý.</p>  <p><b>* Luyện tập:</b></p> <p>➤ <b>BT1:</b> Hai HS 1 cặp, đứng đối diện cách nhau 4-5m. thực hiện kỹ thuật đá bóng bằng lòng bàn chân qua lại. (Nếu nhóm có 3HS thì luân phiên nhau tập luyện)</p> | <p><b>Bước 1: Giao nhiệm vụ</b></p> <p>- GV thực hiện lại kỹ thuật</p> <p>+ PP sử dụng lời nói</p> <p><b>* GV tổ chức cho HS tập kỹ thuật dưới hình thức: Tập luyện cặp đôi, tổ/nhóm.</b></p> <p>20-30L /hs</p> <p>- Tập luyện theo cặp đôi: 2 HS cùng thực hiện, quan sát và nhận xét bạn tập.</p> <p>(PP phân nhóm cặp đôi, PP lặp lại)</p> | <p><b>Bước 2: Thực hiện nhiệm vụ</b></p> <p>- HS quan sát chú ý.</p> <p>+ PP trực quan.</p> <p><b>* HS thực hiện theo hiệu lệnh của GV/NT</b></p>  <p>▲ <b>GV (BT1)</b></p> |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|                                                                                                                                                                               |                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>➤ <b>BT2:</b> Chia lớp thành 5-6 nhóm, đứng thành vòng tròn, mỗi nhóm 1 quả bóng thực hiện kỹ thuật đá bóng bằng lòng bàn chân qua lại giữa các thành viên trong nhóm.</p> | <p>15-20L<br/>/hs</p> | <p>- Từng nhóm tập luyện. Mỗi nhóm có 1 nhóm trưởng điều khiển cả nhóm cùng tập.<br/>(PP phân nhóm, PP lặp lại).</p> <p>* GV quan sát, sửa sai cho HS trong quá trình tập luyện.</p> <p><b>Bước 4: Kết luận, nhận định</b><br/>→ Mời 2HS thực hiện (trình diễn) lại kỹ thuật đã học.</p> <p>- GV quan sát, nhận xét, đánh giá mức độ thực hiện của HS sau cùng nhằm đáp ứng yêu cầu cần đạt và sửa sai cho HS</p> <p>* <b><u>Yêu cầu:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- HS thực hiện được kỹ thuật</li> <li>- Phối hợp động tác nhịp nhàng.</li> <li>- Chọn thời điểm tiếp xúc bóng hợp lí.</li> <li>- Giúp đỡ bạn cùng tập.</li> </ul> | <div data-bbox="1141 190 1476 593">  </div> <p style="text-align: center;"><b>▲GV</b></p> <p style="text-align: center;"><b>BT2</b></p> <p>- HS tích cực tập luyện và qua sát, tự giác sửa sai rút kinh nghiệm bản thân.</p> <p><b>Bước 3: Báo cáo, thảo luận</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Nhóm trưởng báo cáo tình hình tập luyện của các bạn.</li> <li>- 2HS lên thực hiện (trình diễn) lại kỹ thuật đã học.</li> <li>- Cả lớp quan sát, tham gia nhận xét, đánh giá mức độ thực hiện lại kỹ thuật của bạn.</li> <li>+ Sau khi GV nhận xét, HS tiếp thu ý kiến nhận xét, đánh giá của GV.</li> </ul> |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

**2. Hoạt động 2: Ôn: Kỹ thuật đá bóng bằng mu giữa bàn chân (15-20')**

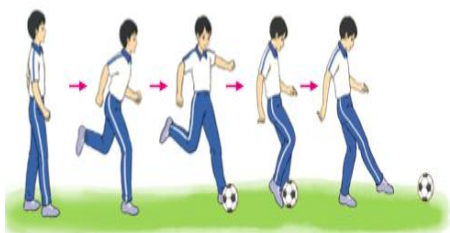
**a. Mục tiêu:** Hình thành được kỹ năng cho HS khi thực hiện kỹ thuật

**b. Nội dung:** GV nhắc lại kỹ thuật; HS lắng nghe, quan sát và thực hiện theo hướng dẫn.

**c. Sản phẩm:** HS thực hiện được kỹ thuật và hoàn thành lượng vận động.

**d. Tổ chức thực hiện:**

\* **Hình thành kiến thức mới:**  
Nhắc lại cách thực hiện kỹ thuật để HS định hình được động tác và nêu những điểm cần chú ý.



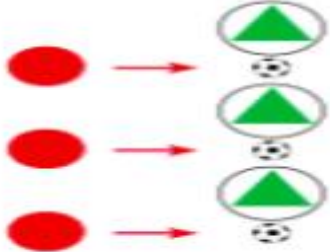
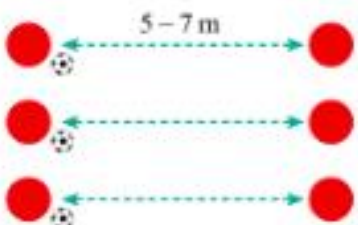
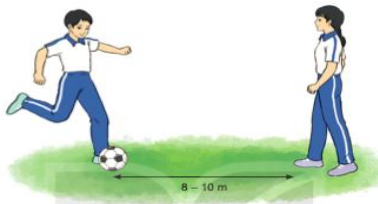
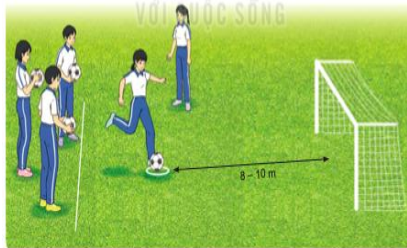
**Bước 1: Giao nhiệm vụ**

- GV thực hiện lại kỹ thuật  
+ PP sử dụng lời nói

**Bước 2: Thực hiện nhiệm vụ**

- HS quan sát chú ý.  
+ PP trực quan.

\* GV tổ chức cho HS tập kỹ thuật \* HS thực hiện theo hiệu

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>* Luyện tập kĩ thuật:</b></p> <p>➤ <b>BT1:</b> Thực hiện mô phỏng kĩ thuật giao cầu.</p> <p>➤ <b>BT2:</b> Đá bóng bằng lòng bàn chân với bóng cố định + Hàng 1+3 giữ bóng, hàng 2+4 thực hiện → đổi lại.</p> <p>➤ <b>BT3:</b> Chạy đà 2-3m Đá bóng qua lại từ 5-7m, sau đó tăng dần 8-10m (tùy khả năng của HS). 1 HS đá bóng, 1HS dừng bóng, sau đó đá lại cho bạn (Nếu nhóm có 3HS thì luân phiên nhau tập luyện)</p> <p>➤ <b>BT4:</b> Đá bóng vào cầu môn bằng mu giữa bàn chân. Hàng 1+2 thực hiện đặt bóng cách cầu môn 8-10m chạy 3-5 bước đà, hàng 3+4 quan sát bạn tập → đổi lại.</p> | <p>8-10L</p> <p>5-10L /hs</p> <p>10-15L /hs</p> <p>2-5L/hs</p> | <p><i>mới dưới hình thức:</i> Tập luyện đồng loạt, tổ/nhóm, cặp đôi.</p> <p>- Cả lớp cùng tập luyện. (PP đồng loạt, PP lặp lại).</p> <p>- Từng nhóm tập luyện. Mỗi nhóm có 1 nhóm trưởng điều khiển cả nhóm cùng tập. (PP phân nhóm, PP lặp lại).</p> <p>- Tập luyện theo cặp đôi: 1 HS tập; 1 HS hỗ trợ, quan sát và nhận xét bạn → đổi lại. (PP phân nhóm cặp đôi, PP lặp lại)</p> <p>(PP phân nhóm, PP lặp lại).</p> <p>* GV quan sát, sửa sai cho HS trong quá trình tập luyện.</p> <p><b>Bước 4: Kết luận, nhận định</b><br/>→ Mời 2HS thực hiện (trình diễn) lại kĩ thuật đã học.<br/>- GV quan sát, nhận xét, đánh giá mức độ thực hiện của HS sau cùng nhằm đáp ứng yêu cầu cần đạt và sửa sai cho HS</p> | <p>lệnh của GV/NT</p> <p></p> <p><b>GV (BT1)</b></p> <p></p> <p><b>GV (BT2)</b></p> <p></p> <p></p> <p><b>GV (BT3)</b></p> <p></p> <p><b>GV (BT4)</b></p> <p>- HS tích cực tập luyện và quan sát, tự giác sửa sai rút kinh nghiệm bản thân.</p> <p><b>Bước 3: Báo cáo, thảo luận</b><br/>- Nhóm trưởng báo cáo tình hình tập luyện của các bạn.<br/>- 2HS lên thực hiện (trình diễn) lại kĩ thuật đã học.<br/>- Cả lớp quan sát, tham gia nhận xét, đánh giá mức độ thực hiện</p> |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|  |  |                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                               |
|--|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  | <p><b>* Yêu cầu:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- HS thực hiện được kĩ thuật</li> <li>- Phối hợp động tác nhịp nhàng.</li> <li>- Chọn thời điểm tiếp xúc bóng hợp lí.</li> <li>- Giúp đỡ bạn cùng tập.</li> </ul> | <p>hiện lại kĩ thuật của bạn.</p> <p>+ Sau khi GV nhận xét, HS tiếp thu ý kiến nhận xét, đánh giá của GV.</p> |
|--|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

### 3. Hoạt động 3: Bài tập phối hợp kĩ thuật (15-20')

**a. Mục tiêu:** Hình thành được kĩ năng cho HS khi thực hiện bài tập

**b. Nội dung:** GV phổ biến cách thực hiện bài tập; HS lắng nghe, quan sát và thực hiện theo hướng dẫn.

**c. Sản phẩm:** HS thực hiện được bài tập và hoàn thành lượng vận động.

**d. Tổ chức thực hiện:**

**\* Hình thành kiến thức:**

Nhắc lại cách thực hiện bài tập phối hợp để HS định hình được động tác và nêu những điểm cần chú ý.

**\* Luyện tập:**

➤ **BT1:** Dẫn bóng theo đường thẳng. Hai HS 1 cặp, đứng đối diện cách nhau 8-10m. Thực hiện kĩ thuật dẫn bóng bằng lòng bàn chân hoặc mu giữa bàn chân vòng qua bạn và dẫn bóng về vị trí ban đầu → kết hợp đá bóng bằng lòng bàn chân hoặc mu giữa bàn chân. (Nếu nhóm có 3HS thì luân phiên nhau tập luyện)

➤ **BT2:** Phối hợp dừng bóng và đá bóng bằng mu giữa bàn chân do người hỗ trợ số 1 chuyển tới cách 5-7m, sau đó xoay người thực hiện dừng bóng và đá bóng bằng mu giữa bàn chân cho người hỗ trợ số 2 chuyển tới → Luân phiên đổi người.

3-7L  
/hs

3-5L  
/hs

**Bước 1: Giao nhiệm vụ**

- GV thực hiện lại bài tập  
+ PP sử dụng lời nói

\* GV cho HS tập kĩ thuật dưới hình thức: Tập luyện theo cặp đôi, tổ/nhóm.

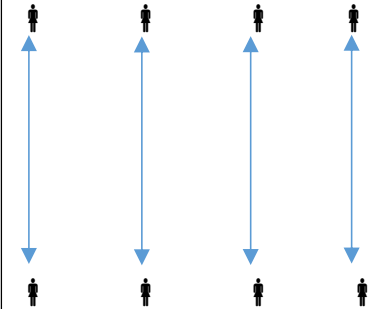
- Tập luyện theo cặp đôi: 1 HS tập; 1 HS hỗ trợ, quan sát và nhận xét → đổi lại.  
(PP phân nhóm cặp đôi, PP lặp lại)

- Từng nhóm tập luyện. Mỗi nhóm có 1 nhóm trưởng điều khiển cả nhóm cùng tập.  
(PP phân nhóm, PP lặp lại).

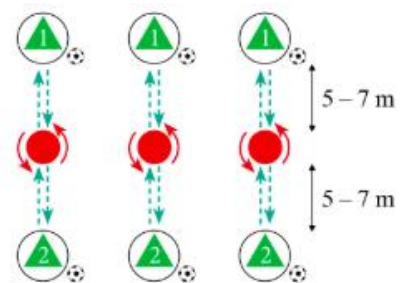
**Bước 2: Thực hiện n/v vụ**

- HS quan sát chú ý.  
+ PP trực quan

\* HS thực hiện theo hiệu lệnh của GV/NT.



▲ GV (BT1)



|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>➤ <b>BT3:</b> Phối hợp dẫn bóng bằng lòng hoặc mu giữa bàn chân qua 4-5 cọc kết hợp đá bóng bằng lòng hoặc mu giữa bàn chân vào cầu môn cự ly 5-6m</p>                                                                                                                                                      | <p>3-5L /hs</p> | <p>(PP phân nhóm, PP lặp lại).</p> <p>■ GV quan sát, sửa sai cho HS trong quá trình tập luyện</p> <p><b><u>Bước 4: Kết luận, nhận định</u></b><br/> ➔ Mời 2HS thực hiện lại kĩ thuật đã học.<br/> - GV quan sát, nhận xét, đánh giá mức độ thực hiện của HS sau cùng nhằm đáp ứng yêu cầu cần đạt và sửa sai cho HS<br/> * <b><u>Yêu cầu:</u></b><br/> - HS thực hiện được kĩ thuật<br/> - Phối hợp động tác nhịp nhàng.<br/> - Chọn thời điểm tiếp xúc cầu hợp lí.<br/> - Giúp đỡ bạn cùng tập.</p> | <div data-bbox="1134 197 1541 801" data-label="Image"> </div> <p>- HS tích cực tập luyện và quan sát, tự giác sửa sai rút kinh nghiệm bản thân.</p> <p><b><u>Bước 3: Báo cáo, thảo luận</u></b><br/> - Nhóm trưởng báo cáo tình hình tập luyện của các bạn.<br/> - 2HS lên thực hiện lại kĩ thuật đã học.<br/> ➔ Cả lớp quan sát, tham gia nhận xét, đánh giá mức độ thực hiện lại kĩ thuật của bạn.<br/> + Sau khi GV nhận xét, HS tiếp thu ý kiến nhận xét, đánh giá của GV.</p> |
| <p>* <b>Hoạt động nhóm (áp dụng cho hoạt động 2,3).</b><br/> Trong quá trình học tập các hoạt động: Tập luyện theo trình độ từng nhóm (dạy học phân hóa).</p>                                                                                                                                                  |                 | <p>* Giáo viên quan sát và phân loại trình độ học sinh thành 3 mức:<br/> + Nhóm 1: Thực hiện kỹ thuật chưa tốt.<br/> + Nhóm 2: Thực hiện được kỹ thuật.<br/> + Nhóm 3: Thực hiện tốt kỹ thuật<br/> - Nhóm 3 sẽ là nhóm hỗ trợ nhóm 1 và 2 tập luyện.</p>                                                                                                                                                                                                                                             | <p>+ Nhóm 3: Chia đều về nhóm 1, 2 để hỗ trợ những học sinh khác tập luyện.<br/> + Nhóm 2: 2 - 3 học sinh thành một nhóm luân phiên tập luyện<br/> + Học sinh của nhóm 3 thực hiện tốt sẽ hỗ trợ và giúp các nhóm còn lại.</p>                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <p><b>4. Hoạt động 4: Thể lực (8-10')</b><br/> <b>a. Mục tiêu:</b> Học sinh biết và thực hiện được bài tập thể lực nhằm nâng cao sức khỏe.<br/> <b>b. Nội dung:</b> GV chọn 1 bài tập thể lực; HS thực hiện<br/> <b>c. Sản phẩm:</b> Học sinh thực hiện được bài tập thể lực và hoàn thành lượng vận động.</p> |                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |

**d. Tổ chức thực hiện:**

\* **Kiến thức: Thể lực:** GV chọn 1 trong các bài tập.

\* **Luyện tập:**

- **BT1: Nằm sấp chống đẩy:**

+ Nam : 15 lần

+ Nữ: 10 lần

- **BT2: Nhảy lò cò:** Nhảy lò cò bằng 1 chân trên cự ly 10-15m, sau đó đổi chân và nhảy lò cò về vị trí xuất phát.

- **BT3: Bật bực đổi chân:**

Thực hiện nhảy đổi chân liên tục trên bực cao từ 20-25cm. Khi bật tiếp xúc mặt sân bằng nửa trước bàn chân.

- **BT4: Nâng cao đùi tại chỗ kết hợp chạy tăng tốc**

Tại chỗ nâng cao đùi 10 giây nghe hiệu lệnh còi chạy tăng tốc độ 15 m.

1-2 tổ

1 lần

20-30L  
x  
1-2 tổ

1 lần

**Bước 1: Giao nhiệm vụ**

- GV phổ biến cách thực hiện cho HS.

+ PP sử dụng lời nói

\* GV tổ chức cho HS tập dưới hình thức: Tập luyện đồng loạt hoặc theo nhóm.

- PP đồng loạt

- PP phân nhóm

- PP phân nhóm

- PP phân nhóm

\* GV quan sát, sửa sai cho HS trong quá trình tập luyện.

**Bước 4: K/luận, nhận định**

- GV nhận xét đánh giá mức độ thực hiện bài tập thể lực của HS và sửa sai cho HS.

\* Yêu cầu:

- Thực hiện hết khối lượng

- Tập luyện tích cực, tự giác

**Bước 2: Thực hiện N/vụ**

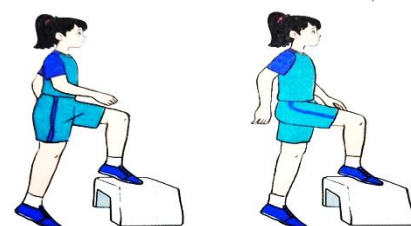
- HS lắng nghe, quan sát

+ Phương pháp trực quan

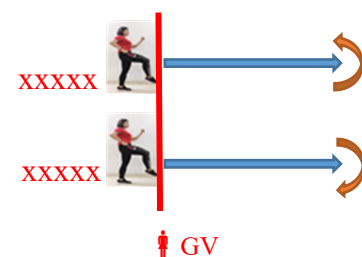
\* HS thực hiện theo hiệu lệnh của GV.



XXXXX — 10-15m —>  
XXXXX —>  
XXXXX —>  
XXXXX —>



Hình 13. Bật bực đổi chân



**Bước 3: Báo cáo, thảo luận**

- Các nhóm còn lại quan sát, tham gia nhận xét, đánh giá mức độ thực hiện của bạn.

- HS tiếp thu ý kiến nhận xét, đánh giá của GV

**C. Hoạt động: Kết thúc - Vận dụng (4-5')**

**a. Mục tiêu:** Nhằm trang bị cho HS cách thả lỏng, hồi tĩnh, bài về nhà và vận dụng kiến thức vào thực tế.

