

KHBD : Số 04

Tuần : 04

Tiết KHDH: 7 + 8

Bóng rổ - Lớp 12

Ngày soạn: 27/9/2025

Ngày dạy :

❖ NỘI DUNG BÀI DẠY:

- Bài tập phối hợp kỹ thuật dẫn bóng, chuyền và bắt bóng.
- Học: Các vị trí thi đấu và phương pháp trọng tài Bóng rổ
- Đấu tập.

I. Mục tiêu.

1. Kiến thức:

- HS biết cách thực hiện bài tập phối hợp dẫn bóng, kỹ thuật chuyền và bắt bóng bằng 2 tay trước ngực.
- Hiểu được nguyên lý các vị trí thi đấu và phương pháp trọng tài.
- Vận dụng những hiểu biết về Luật để áp dụng vào thi đấu.

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: + Báo cáo kết quả tập luyện của cá nhân, tổ/ nhóm chính xác, khách quan.
+ Nhận xét đúng và trung thực về các bạn khi thực hiện kỹ thuật động tác và trò chơi.
- 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 mẫu 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 tập luyện.
- **Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo:**
 - + Biết phán đoán, xử lý các tình huống linh hoạt trong tập luyện môn Bóng rổ.
 - + 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 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 bài tập phối hợp dẫn bóng, kỹ thuật chuyên và bắt bóng bằng 2 tay trước ngực.
- + Bước đầu biết thực hiện các vị trí thi đấu và phương pháp trọng tài.
- + Hiểu được Luật, tập làm trọng tài và áp dụng vào thi đấu.

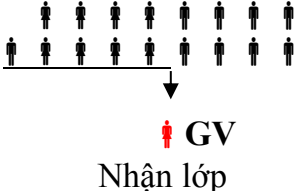

- NL hoạt động thể thao:

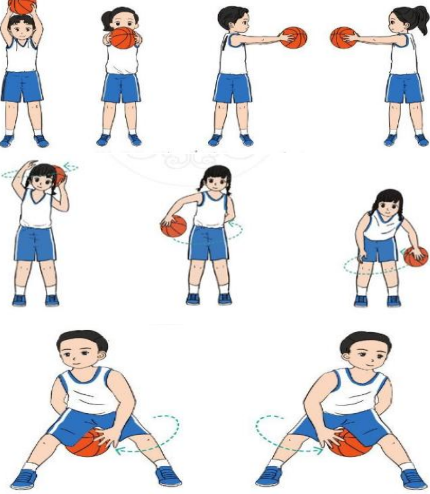
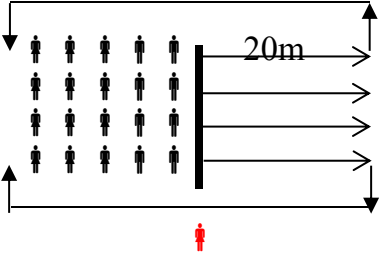
- + HS biết và tham gia tích cực vào hoạt động nhóm, trình diễn.
- + Vận dụng được những hiểu biết về môn Bóng rổ để sinh hoạt và tập luyện hằng ngày.

II. Thiết bị dạy học và học liệu.

- Địa điểm: Sân Bóng rổ của trường.
- Giáo viên: KHBD, còi, 20 quả bóng rổ, đồng hồ bấm giờ, 10 nầm...
- Học sinh: Trang phục thể thao hoặc trang phục bóng rổ, bóng của cá nhân (nếu có)...

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
<p>A. Hoạt động: Mở đầu. (10-15')</p> <p>a. Mục tiêu: Tạo tâm thế cho HS tiếp nhận nhiệm vụ học tập.</p> <p>b. Nội dung: Nhận lớp; phổ biến nội dung, mục tiêu bài học; khởi động; kiểm tra thường xuyên.</p> <p>c. Sản phẩm: HS tiếp thu phổ biến của GV và thực hiện được bài khởi động chung, chuyên môn, kiểm tra thường xuyên.</p> <p>d. Tổ chức thực hiện:</p>			
<p>♥ - Nhận lớp: LT Tập trung lớp thành 4 tổ hàng ngang, điểm số, báo cáo.</p> <p>♥ - Giáo viên phổ biến nội dung, mục tiêu bài học.</p> <p>♥ - Khởi động chung:</p> <ul style="list-style-type: none"> + Bài thể dục tay không: Vươn thở, tay vai, tay ngực, vặn mình, lườn, lưng bụng, chân, toàn thân. + Các khớp cổ tay, chân, vai, 	2Lx8n	<p>Bước 1: Giao nhiệm vụ.</p> <ul style="list-style-type: none"> - GV yêu cầu LT tập trung lớp, điểm số, báo cáo. + PP sử dụng lời nói. + PP trực quan. <p>- GV nhận lớp phổ biến nội dung, mục tiêu của bài học.</p> <p>- 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.</p> <p>* GV tổ chức cho HS khởi động dưới hình thức: Tập luyện đồng loạt, Tổ/nhóm.</p>	<p>Bước 2: Thực hiện nhiệm vụ</p> <ul style="list-style-type: none"> - HS quan sát, lắng nghe và nhận nhiệm vụ.  <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> 

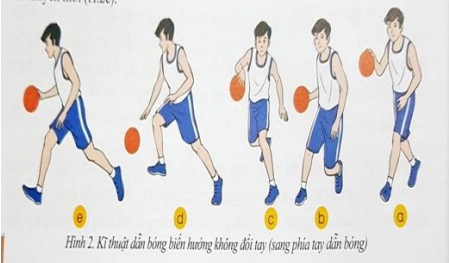
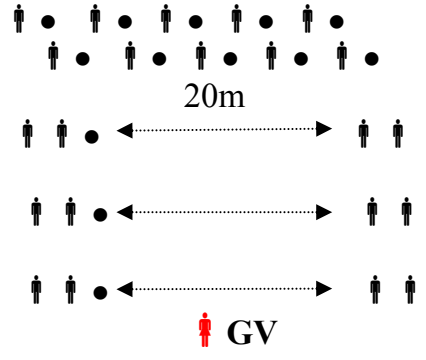
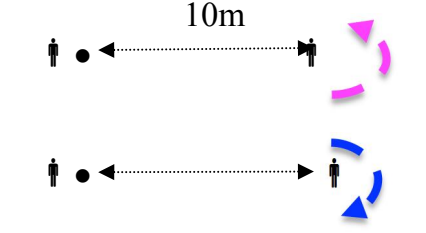
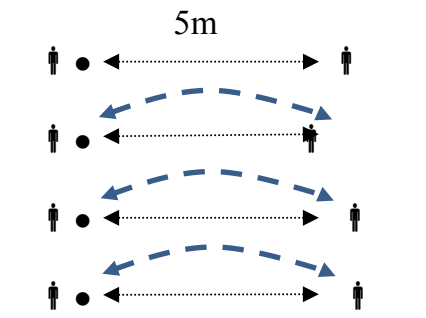
<p>hông, gối, ép chân ngang, dọc...</p> <p>♥ - Khởi động chuyên môn:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Miết bóng bằng 2 tay trên cao, trước mặt, ngang ngực. - Đưa bóng vòng qua đầu, hông, quanh gối, hình số 8, vổ bóng trước sau. - Chạy bước nhỏ, nâng cao đùi, chạy đá chân trước, chạy tăng tốc. <p>♥ - Kiểm tra thường xuyên: kỹ thuật dẫn bóng 2 tay trên đường thẳng.</p> 	<p>1Lx8n</p> <p>1Lx8n</p> <p>2x20m</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➢ Cả lớp cùng tập luyện. (PP đồng loạt). ➢ Từng nhóm/hàng thực hiện (PP phân nhóm theo hàng hoặc PP dòng chảy). ➢ Gọi 2-4HS lên thực hiện <p><u>Bước 4: Kết luận, nhận định</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - GV nhận xét quá trình khởi động của cả lớp. + GV nhận xét, sử dụng phương pháp quan sát, công cụ là thang đo để đánh giá mức độ thực hiện của HS. * <u>Yêu cầu:</u> + Trang phục gọn gàng. + Trật tự - Nghiêm túc. + HS tích cực, chủ động và thực hiện được các động tác khởi động. + Thực hiện được bài kiểm tra 	<p>GV</p> <p>Đội hình 4 hàng ngang so le</p>  <p>2-4HS lên thực hiện kỹ thuật</p> <p><u>Bước 3: Báo cáo, thảo luận</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - LT báo cáo kết quả khởi động của lớp. + Cả lớp quan sát, tham gia nhận xét, đánh giá mức độ thực hiện bài kiểm tra của bạn. - Sau khi GV nhận xét, HS tiếp thu ý kiến nhận xét, đánh giá của GV.
--	--	--	--

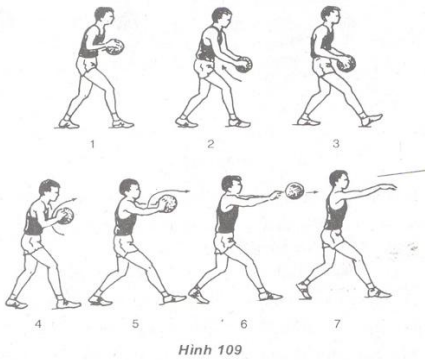
B. Hoạt động: Hình thành kiến thức - Luyện tập. (65-70')

1. Hoạt động 1. Bài tập phối hợp kỹ thuật dẫn bóng, chuyên và bắt bóng (20-25')

- a. Mục tiêu:** Hình thành được kĩ năng cho HS khi thực hiện kĩ thuật.
- b. Nội dung:** GV nhắc lại cách thực hiện bài tập, HS lắng nghe và thực hiện.
- c. Sản phẩm:** Học sinh thực hiện được kĩ thuật và hoàn thành lượng vận động.
- d. Tổ chức thực hiện:**

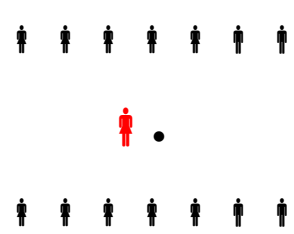

<p>* <u>Hình thành kiến thức: Bài tập phối hợp kỹ thuật dẫn bóng, chuyên và bắt bóng.</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Nhắc lại cách thực hiện bài tập phối hợp kỹ thuật để HS định hình được động tác và nêu 		<p><u>Bước 1: Giao nhiệm vụ</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - GV thực hiện lại kĩ thuật động tác. + PP sử dụng lời nói. 	<p><u>Bước 2: Thực hiện nhiệm vụ</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - HS quan sát chú ý. + PP trực quan.
---	--	--	--



<p>những điểm cần chú ý.</p> <p>* <u>Luyện tập:</u></p> <p>➤ BT 1: Kỹ thuật dẫn bóng bằng 1 tay đối hướng trái, phải và trước, sau (tại chỗ)</p> <p>➤ BT 2: Kỹ thuật dẫn bóng bằng 2 tay luân phiên di chuyển trên đường thẳng 20m → Nhóm 1, 3 tập; nhóm 2, 4 quan sát bạn tập → đổi lại.</p> <p>➤ BT 3: Di chuyển dẫn bóng biến hướng bằng 1 tay → Một HS thực hiện di chuyển dẫn bóng 10m đến bạn quay về, một HS quan sát bạn tập → đổi lại (nếu nhóm có 3 HS thì luân phiên nhau thực hiện).</p>  <p>➤ BT 4: 2 HS 1 cặp. Một HS thực hiện chuyển, một HS bắt bóng → đổi lại (nếu nhóm có 3 HS thì chuyển và bắt bóng luân phiên theo hình tam giác).</p> <p>➤ BT 5: Chia lớp thành 4 nhóm (1 bên rổ /2 nhóm). 2HS thực hiện dẫn bóng kết hợp với chuyển và bắt bóng.</p>	<p>5-10L</p> <p>3-7L /hs</p> <p>3-7L /hs</p> <p>7-10L /hs</p> <p>7-10L /hs</p>	<p>* GV tổ chức cho HS tập kỹ thuật dưới hình thức: 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 theo cặp đôi, PP lặp lại)</p> <p>■ GV quan sát, sửa sai cho HS trong quá trình tập luyện.</p> <p><u>Bước 4: Kết luận, nhận định</u></p> <p>➡ 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>* <u>Yêu cầu:</u></p>	<p>* HS thực hiện theo hiệu lệnh của GV.</p>  <p>20m</p>  <p>10m</p>  <p>5m</p> <p>- HS tích cực tập luyện và quan sát, tự giác sửa sai rút kinh nghiệm bản thân.</p> <p><u>Bước 3: Báo cáo, thảo luận</u></p> <p>- Nhóm trưởng báo cáo tình hình tập luyện của các bạn.</p> <p>- 2HS lên thực hiện (trình diễn) lại kỹ thuật đã học.</p> <p>➡ Cả lớp quan sát, tham gia nhận xét, đánh giá mức độ thực hiện lại kỹ thuật của bạn.</p>
--	--	--	---

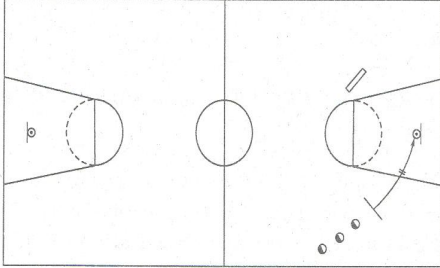
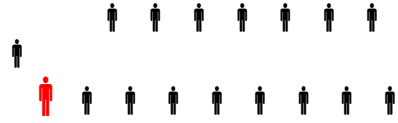
 <p>Hình 109</p>	<ul style="list-style-type: none"> - HS thực hiện được kĩ thuật. - Phối hợp động tác nhịp nhàng. - Điểm rơi của bóng ở phía trước thân người bên tay dẫn bóng và che bóng tốt. 	<p>+ Sau khi GV nhận xét, HS tiếp thu ý kiến nhận xét, đánh giá của GV.</p>
---	---	---

2. Hoạt động 2. Học: các vị trí thi đấu và phương pháp trọng tài (20-25')

- a. Mục tiêu:** - Trang bị cho HS kiến thức cơ bản từng vị trí thi đấu và làm trọng tài.
- HS ghi nhớ và hiểu được chức năng, nhiệm vụ và yêu cầu của các vị trí trong thi đấu
- b. Nội dung:** GV phân tích, làm mẫu. HS lắng nghe, quan sát và thực hiện theo hướng dẫn của GV
- c. Sản phẩm:** Học sinh bước đầu hình thành được từng vị trí, phương pháp và hoàn thành lượng vận động.
- d. Tổ chức thực hiện:**


<p>* <u>Hình thành kiến thức mới:</u></p> <p>1/ Chức năng, nhiệm vụ và yêu cầu của các vị trí</p> <ul style="list-style-type: none"> - Thông thường có 5 vị trí trên sân: Hậu vệ giữ bóng (PG); hậu vệ ghi điểm (SG); tiền phong phụ (SF); tiền phong chính (PF); trung phong ©. <p>2/ Phương pháp 2 trọng tài trong thi đấu Bóng rổ 5 người)</p> <p>a/ Phân chia khu vực của 2 TT:</p> <p>TT: được chia theo đường chéo, mỗi TT phụ trách chính 1 khu vực A hoặc B.</p> <p>b/ Đường di chuyển của 2 TT:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Phụ thuộc vào sự di chuyển của bóng và khu vực được phân công, đồng thời đảm bảo không gây trở ngại cho các cầu thủ. - TT có thể di chuyển trong sân hoặc ngoài sân để có vị trí, góc độ quan sát tốt nhất ở khu vực của mình và toàn sân. - Hai TT phối hợp di chuyển sao cho luôn đảm bảo quan sát được toàn bộ cả sân. 	<p><u>Bước 1: Giao nhiệm vụ</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ➢ Gv phân tích, làm mẫu từng vị trí. + PP sử dụng lời nói. <p>- GV chọn vị trí thích hợp làm mẫu và cho HS xem tranh, ảnh (nếu có), để giúp tất cả HS đều quan sát được nội dung cần học.</p> <p>- Khi làm mẫu GV kết hợp nêu điểm cơ bản, trọng tâm của vị trí để học sinh dễ nhớ.</p> <p>* GV nêu câu hỏi:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1/ Nêu tên 5 vị trí trên sân? 2/ Nêu các ký hiệu của TT? <p>* GV tổ chức cho HS tập vị trí dưới hình thức: Tập luyện theo nhóm.</p>	<p><u>Bước 2: Thực hiện nhiệm vụ</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - HS lắng nghe, quan sát. <p>+ Phương pháp trực quan.</p> <p>* <u>Đội hình HS quan sát GV làm mẫu vị trí:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - HS đứng thành những hàng ngang quay mặt vào trong quan sát GV làm mẫu. <div style="text-align: center;">  </div> <p>* HS trả lời câu hỏi.</p> <p>* HS thực hiện theo hiệu lệnh của GV.</p> <div style="text-align: center;">  </div>
---	---	---



<p>TT:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ký hiệu dừng đồng hồ. - Tính điểm khi bóng vào rổ. - Hội ý, thay người - Phạm luật. - Phạm lỗi. <p>* Luyện tập:</p> <p>➤ BT 1: Cho từng nhóm 5HS vào đứng từng vị trí → hoán đổi vị trí → thay nhóm</p> <p>➤ BT 2: Giảng giải phương pháp làm TT và 1 số ký hiệu</p>		
<p>▶▶▶ Hoạt động nhóm (áp dụng cho cả 2 hoạt động trên).</p> <p>Trong quá trình học tập các hoạt động: Tập luyện theo trình độ từng nhóm (dạy học phân hóa).</p>	<p>* GV quan sát để phân loại trình độ học sinh thành 3 mức: thực hiện tốt, thực hiện được và thực hiện chưa tốt.</p> <p>- GV chia lớp thành 3 nhóm:</p> <ul style="list-style-type: none"> + N1: Thực hiện tốt kt. + N2: Thực hiện được kt. + N3: Thực hiện chưa tốt. <p>→ N1 sẽ đi hỗ trợ nhóm 2,3.</p>	<ul style="list-style-type: none"> + Nhóm 1: Chia đều về nhóm 2, 3 để hỗ trợ những HS khác tập. + Nhóm 2: cứ 2-3 HS thành một nhóm luân phiên tập. + HS của nhóm 1 (tốt) sẽ thực hiện và giúp các nhóm còn lại.
<p>3. Hoạt động 3: Đấu tập (17-20')</p> <p>a. Mục tiêu: Hình thành được kỹ năng cho HS khi áp dụng các kỹ thuật vào đấu tập</p> <p>b. Nội dung: GV phổ biến cách thi đấu tập; HS thi đấu tập theo nhóm</p> <p>c. Sản phẩm: HS tham gia thi đấu nhiệt tình, tích cực.</p> <p>d. Tổ chức thực hiện:</p>		
<p>* Hình thành kiến thức: Thi đấu tập</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tổ chức thi đấu (chủ yếu là rèn luyện kỹ thuật, cảm giác bóng và thi đấu để chỉnh sửa kỹ thuật và độ chính xác của 	<p>Bước 1: Giao nhiệm vụ</p> <ul style="list-style-type: none"> - GV phổ biến cách thi đấu cho HS. + PP sử dụng lời nói. + PP thi đấu. <p>* GV tổ chức cho HS thi đấu</p>	<p>Bước 2: Thực hiện nhiệm vụ</p> <ul style="list-style-type: none"> - HS lắng nghe, quan sát. + PP trực quan. <p>* HS thực hiện theo hiệu lệnh</p>

<p>đường bóng khi phối hợp kỹ thuật với đồng đội).</p> <p>- Thông qua thi đấu tập để rèn luyện kỹ thuật đã học, phát huy chiến thuật, tính sáng tạo và khả năng hiểu biết của HS.</p> <p>* <u>Luyện tập:</u></p> <p>- GV chia lớp thành 6 nhóm. 2 nhóm thi đấu trong 5phút, các nhóm còn lại quan sát, rút kinh nghiệm.</p> <p>- HS tập làm trọng tài cùng với GV</p>	<p>tập dưới hình thức: Tập luyện đấu tập theo nhóm.</p> <p>- 2 nhóm thi đấu với nhau → các nhóm luân phiên.</p> <p><u>Bước 4: Kết luận, nhận định</u> GV nhận xét, đánh giá mức độ thi đấu của HS.</p> <p>* <u>Yêu cầu:</u></p> <p>- HS thi đấu nhiệt tình, tự giác, nghiêm túc.</p> <p>- Áp dụng những kỹ, chiến thuật vào đấu tập.</p> <p>- Quan sát, rút kinh nghiệm cho bản thân.</p> <p>- Áp dụng Luật vào thi đấu.</p>	<p>của GV.</p>   <p>GV hướng dẫn thi đấu tập</p> <p><u>Bước 3: Báo cáo, thảo luận</u> Các nhóm còn lại quan sát, tham gia nhận xét, đánh giá mức độ thực hiện của bạn.</p> <p>- Sau khi GV nhận xét, HS tiếp thu ý kiến nhận xét, đánh giá của GV.</p>
--	---	---

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

- a. Mục tiêu: Nhằm trang bị cho HS cách thả lỏng, hồi tĩnh và vận dụng kiến thức vào thực tế.
- b. Nội dung: Thả lỏng, nhận xét, bài về nhà - Vận dụng những kiến thức đã học.
- c. Sản phẩm: HS thả lỏng tích cực, tiếp thu ý kiến nhận xét và bài về nhà của GV - Vận dụng những kiến thức đã học vào tập luyện hàng ngày.
- d. Tổ chức thực hiện:

<p>♥ - <u>Thả lỏng:</u> Học sinh thả lỏng hồi tĩnh (bài tập thả lỏng tại chỗ)</p> <p>♥ - <u>Nhận xét:</u> Tập trung nhận xét lớp.</p>	<p><u>Bước 1: Giao nhiệm vụ</u></p> <p>- GV giao LT điều khiển cả lớp thả lỏng hồi tĩnh. + PP sử dụng lời nói. + PP trực quan.</p> <p><u>Bước 4: Kết luận, nhận định</u> - Giáo viên nhận xét, đánh</p>	<p><u>Bước 2: Thực hiện nhiệm vụ</u></p> <p>- LT hô cho cả lớp thực hiện thả lỏng theo hướng dẫn của GV.</p>  <p>Thả lỏng PP đồng loạt</p> <p><u>Bước 3: Báo cáo, thảo luận</u></p> <p>- LT báo cáo kết quả thả lỏng của cả lớp.</p>
---	---	---

<p>♥- Bài về nhà: Ôn các vị trí thi đấu và phương pháp làm trọng tài Bóng rổ.</p> <p>♥- Vận dụng: Vận dụng các kỹ thuật đã học vào tập luyện ở nhà, vào quá trình học môn Bóng rổ, vào vui chơi, giải trí và tham gia các CLB... (tùy khả năng của từng HS).</p> <p>- Ý kiến học sinh. → Giải tán lớp.</p>	<p>giá thả lỏng, kết quả học tập, ý thức, thái độ học của HS.</p> <p>- Tuyên dương những HS có tiến bộ trong học tập.</p> <p>- Giáo viên hướng dẫn HS tập luyện ở nhà.</p> <p>- Giáo viên hướng dẫn HS cách vận dụng các bài tập phối hợp và kỹ thuật.</p> <p>GV hô: Cả lớp “Giải tán”.</p>	<p>+ HS tiếp thu ý kiến nhận xét của GV và tự đánh giá mức độ hoàn thành bài học của mình.</p> <p>- HS tập luyện bài tập ở nhà theo chỉ dẫn của GV.</p> <p>- HS vận dụng các kỹ thuật đã học vào tập luyện ở nhà, khởi động với bóng và vào vui chơi, giải trí, tập luyện tại các CLB...</p> <p>HS hô: “Khỏe”</p> <p>  </p> <p>  GV Xuống lớp </p>
--	--	---

*** Rút kinh nghiệm thực tế giảng**

day:

.....

.....

.....

.....