

KẾ HOẠCH BÀI DẠY: Số 09

Tuần : 09

Tiết KHDH: 17 + 18

CHỦ ĐỀ: BÓNG CHUYỀN – LỚP 10

Ngày soạn: 30 - 8

Ngày dạy:

- Ôn kĩ thuật chuyển bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt.

- Kiểm tra đánh giá giữa kỳ 1: Kĩ thuật chuyển bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt.

NỘI DUNG BÀI DẠY:

I. Mục tiêu:

1. Kiến thức:

- Học sinh biết cách thực hiện kĩ thuật chuyển bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt.

2. Phẩm chất: Bài học góp phần hình thành các phẩm chất, cụ thể:

- *Chăm chỉ*: Có ý thức tự học, tự rèn luyện tự giác, tích cực, nhiệt tình tham gia h/đ 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 kĩ 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:

+ Học sinh chủ động tìm hiểu tài liệu, video, hình ảnh liên quan bài học, quan sát động tác mẫu của giáo viên.

+ Học sinh 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 đ/tác.

+ Biết hợp tác trong nhóm, cặp đôi để thực hiện kĩ 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 chuyền.

+ Thông qua nghe, quan sát, tập luyện của bản thân, cặp đôi và tổ/nhóm, học sinh 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:

+ Học sinh giữ gìn vệ sinh cá nhân, vệ sinh sân tập trước, trong và sau khi học.

+ Học sinh nghiêm túc, đảm bảo an toàn trong tập luyện.

- NL vận động cơ bản:

+ Học sinh thực hiện được kĩ thuật chuyển bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt.

- NL hoạt động TDTT:

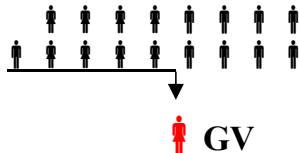
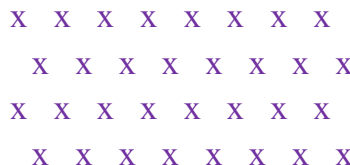
+ Học sinh biết và tham gia tích cực vào hoạt động nhóm, trình diễn.

+ Vận dụng được những hiểu biết về môn BC để sinh hoạt và tập luyện hằng ngày.

II. Thiết bị dạy học và học liệu.

- Địa điểm: Sân Bóng chuyên của trường
- Giáo viên: KHBD, tranh ảnh (nếu có), còi, trụ bóng chuyên: 02, lưới bóng chuyên: 1
- Học sinh: trang phục thể thao, giày thể thao.

III. Tiến trình dạy học.

Nội dung	LVD	Phương pháp, hình thức tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động của GV	Hoạt động của HS
A. Hoạt động: Mở đầu. (10-15')			
a. Mục tiêu: Tạo tâm thế cho học sinh tiếp nhận nhiệm vụ học tập.			
b. Nội dung: Nhận lớp; phổ biến nội dung, mục tiêu bài học; khởi động			
c. Sản phẩm: HS tiếp thu phổ biến của GV và thực hiện được bài khởi động chung, chuyên môn			
d. Tổ chức thực hiện:			
* Nhận lớp: LT Tập trung lớp thành 4 tổ hàng ngang, điểm số, báo cáo.		Bước 1: Giao nhiệm vụ. - GV yêu cầu LT tập trung lớp, điểm số, báo cáo. + PP sử dụng lời nói. + PP trực quan.	Bước 2: Thực hiện N/ vụ - HS quan sát, lắng nghe và nhận nhiệm vụ.  Nhận lớp
* Giáo viên phổ biến: nội dung, mục tiêu bài học.		- GV nhận lớp phổ biến nội dung, mục tiêu của bài học. - Hỏi thăm tình hình sức khỏe và kiểm tra trang phục của HS.	- LT tập trung lớp, điểm số, báo cáo tình hình lớp học cho GV.
* Khởi động chung: + Tại chỗ khởi động các khớp: Tay cao, tay ngực, xoay vai, xoay hông, xoay gối, xoay cổ tay, cổ chân, lưng bụng, ép ngang - ép dọc.	4Lx8n /1đtác	- GV quan sát, chỉ dẫn cho HS thực hiện khởi động.	- LT điều khiển lớp khởi động chung, chuyên môn.  ▲ (Lớp trưởng)
+ Chạy bước nhỏ, chạy nâng cao đùi, chạy hắt gót, đá lăng chân về trước.	2 L x 20'' /1đt	* GV tổ chức cho HS khởi động dưới hình thức: Tập luyện đồng loạt.	Đội hình tập trung theo 4 hàng ngang, cự ly rộng giãn cách 1 sải tay, xen kẽ. PP đồng loạt 
* Khởi động chuyên môn: - Ném và bắt bóng lần lượt hai tay và một tay (4-5m).	6-8L /1đt		
* Kiểm tra TX: Thực hiện kỹ thuật	2-4HS	- GV gọi 2-4 HS lên Thực	(Sơ đồ khởi động với bóng) - 2-4 HS lên thực hiện kỹ thuật

chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt.		hiện kĩ thuật chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt. Bước 4: Kết luận, nhận định - GV nhận xét quá trình khởi động của cả lớp. + GV nhận xét, mức độ thực hiện của HS. * Yêu cầu: + Trang phục gọn gàng. + Trật tự - nghiêm túc. + HS tích cực, chủ động và thực hiện được các động tác khởi động.	chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt. Bước 3: Báo cáo, thảo luận - LT báo cáo kết quả khởi động của lớp.
--	--	--	--

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

1. Hoạt động 1: Ôn kĩ thuật chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt. (20-25')

a. Mục tiêu: Hình thành được kĩ năng cho học sinh khi thực hiện kĩ thuật.

b. Nội dung: Ôn kĩ thuật chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt.

c. Sản phẩm: Học sinh thực hiện cơ bản đúng kĩ thuật và hoàn thành lượng vận động.

d. Tổ chức thực hiện:

* Kiến thức: Ôn kĩ thuật chuyền bóng thấp tay. - GV nhắc lại tên kĩ thuật và các bài tập để học sinh định hình được kĩ thuật và nêu một số lưu ý khi thực hiện động tác. * Luyện tập: - Bài tập 1: Tung – chuyền bóng qua lại giữa hai người (TTCB thấp, trung bình, cao). + Hai người tập đứng đối diện cách nhau 3 – 4m, một người bắt bóng và tung bóng cho người kia chuyền bóng. Thực hiện hết số lần quy định thì đổi nhiệm vụ cho nhau. - Bài tập 2: Chuyền bóng qua lại + Hai người tập đứng đối diện cách nhau 3 – 4 m, thực hiện động tác chuyền bóng qua lại.	12 - 15L x 1-2 tổ 25 - 30L	Bước 1: Giao nhiệm vụ - GV nhắc lại kĩ thuật + PP sử dụng lời nói. * GV tổ chức cho HS tập kĩ thuật dưới hình thức: Tập luyện theo cặp đôi. - PP phân nhóm cặp đôi, PP lặp lại. * GV quan sát, sửa sai cho HS trong quá trình tập	Bước 2: Thực hiện N/ vụ - HS lắng nghe, quan sát + Phương pháp trực quan - HS thực hiện theo hiệu lệnh của GV. (Sơ đồ bài tập 1) GV (Sơ đồ bài tập 2) - HS tích cực tập luyện và
---	--	--	---

	luyện. Bước 4: K/luận, nhận định - GV mời 1-2 HS lên thực hiện lại KT đã học. Cả lớp quan sát, nhận xét - Giáo viên quan sát, nhận xét, đánh giá mức độ thực hiện của HS và sửa sai cho học sinh. * Yêu cầu: - Học sinh thực hiện được kĩ thuật. - Phối hợp động tác nhịp nhàng, giúp đỡ bạn cùng tập.	quan sát, tự giác sửa sai rút kinh nghiệm bản thân. Bước 3: Báo cáo, thảo luận - Nhóm trưởng báo cáo tình hình tập luyện của các bạn. - 2HS lên thực hiện lại kĩ thuật đã học. - Cả lớp quan sát, tham gia nhận xét, đánh giá + Sau khi GV nhận xét, HS tiếp thu ý kiến nhận xét, đánh giá của GV.
--	--	--

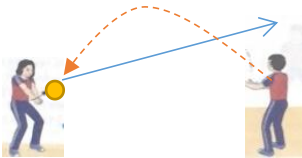
2. Hoạt động 2: Kiểm tra đánh giá giữa kỳ 1(40-45')

a. Mục tiêu: Học sinh thực hiện được kĩ thuật chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt.

b. Nội dung: Kĩ thuật chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt.

c. Sản phẩm: Học sinh thực hiện được kĩ thuật và hoàn thành được nội dung kiểm tra.

d. Tổ chức thực hiện:

* Kiến thức: * Nội dung kiểm tra: Kĩ thuật chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt (có người phục vụ). * Mức độ vận dụng: - Thể hiện được sự yêu thích môn Bóng chuyền. - Thực hiện được kĩ thuật - Thể hiện sự tăng tiến thể lực. - Vận dụng được một số điều luật môn Bóng chuyền - Phán đoán và xử lí được một số tình huống phối hợp với đồng đội/người hỗ trợ trong kiểm tra đánh giá. - Quan sát bạn kiểm tra để tự điều chỉnh, sửa sai, rút kinh nghiệm cho bản thân. * Tiêu chí đánh giá: - Thể hiện được mức độ tích cực tự học, tự rèn luyện (Đi học chuyên cần, nghiêm túc, tự giác, tích cực trong học tập...).	Bước 1: Giao nhiệm vụ - GV nhắc lại nội dung và yêu cầu kiểm tra. + PP sử dụng lời nói. * GV tổ chức cho HS kiểm tra dưới hình thức: theo nhóm. - PP phân nhóm lần lượt. - Lần lượt 2-4 học sinh vào thực hiện kiểm tra theo thứ tự danh sách. - GV cử 2-4HS luân phiên nhau hỗ trợ bạn kiểm tra . - Mỗi HS thực hiện 5 lần.	Bước 2: Thực hiện N/ vụ - HS lắng nghe, quan sát + Phương pháp trực quan XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX ↓ GV - Lớp Tập trung giáo viên nhắc lại nội dung và yêu cầu kiểm tra  GV (Sơ đồ kiểm tra) XXXXXX XXXXXX XXXXXX XXXXXX
---	---	---

2. Thực hiện được kĩ thuật: Thực hiện được TTCB, thực hiện động tác và kết thúc động tác 3. Có sự tăng tiến về kĩ năng vận động và thể lực phù hợp với đặc điểm cá nhân (Hoàn thành lượng vận động của kĩ thuật/bài tập của nội dung kiểm tra đánh giá). 4. Thực hiện đúng quy định (Đường bóng bay vào khu vực quy định) 5. Nâng cao thành tích, động tác đúng, đẹp, quỹ đạo bóng ổn định. * Cách đánh giá: - HS đạt 3/5 tiêu chí là đạt mức 1 (Đ1 - Trung bình). - HS đạt 4/5 tiêu chí là đạt mức 2 (Đ2 - Khá). - HS đạt 5/5 tiêu chí là đạt mức 3 (Đ3 - Giỏi). * Chưa đạt: HS chưa đạt các tiêu chí còn lại.		Bước 4: Kết luận, nhận định - GV nhận xét, đánh giá mức độ thực hiện kĩ thuật chuyên bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt. * Yêu cầu: - HS thực hiện được kĩ thuật. - Kiểm tra nghiêm túc, tích cực, tự giác.	Bước 3: Báo cáo, thảo luận - GV nhận xét, 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.
- 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:**

* Thả lỏng: Học sinh thả lỏng hồi tĩnh (bài tập thả lỏng tại chỗ) * HS tập trung lớp thành 4 hàng ngang * Nhận xét: Tập trung nhận xét lớp.		Bước 1: Giao nhiệm vụ - GV giao LT điều khiển cả lớp thả lỏng hồi tĩnh. + PP sử dụng lời nói. + PP trực quan. Bước 4: Kết luận, nhận định - Giáo viên nhận xét, đánh giá thả lỏng, kết quả học tập,	Bước 2: Thực hiện N/ vụ - LT cho cả lớp thả lỏng theo chỉ dẫn của GV. 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 ↓ Đội hình thả lỏng Phương pháp đồng loạt Bước 3: Báo cáo, thảo luận - LT báo cáo kết quả thả lỏng của cả lớp. + HS tiếp thu ý kiến nhận xét
---	--	---	---

* Bài tập về nhà: Ôn các nội dung kiến thức đã học. * Vận dụng: Vận dụng các kiến thức đã học để rèn luyện sức khỏe và phát triển thể chất hàng ngày. - Ý kiến học sinh. - Xuống lớp		ý thức, thái độ của HS. - Tuyên dương những HS có tiến bộ trong học tập. - Giáo viên hướng dẫn HS tập luyện ở nhà. - Giáo viên hướng dẫn HS cách vận dụng các bài tập phối hợp và kỹ thuật.	của GV và tự đánh giá mức độ hoàn thành bài học của mình. - HS tập luyện bài tập ở nhà theo chỉ dẫn của GV. - HS vận dụng các kiến thức đã học để rèn luyện sức khỏe và phát triển thể chất hàng ngày.  GV
--	--	--	--

*** Rút kinh nghiệm thực tế giảng dạy:**

.....

.....

.....

.....