SỞ GIÁO DỤC ĐÀO TẠO QUẢNG NAM

**TRƯỜNG THPT ĐỖ ĐĂNG TUYỂN**

**KẾ HOẠCH BÀI DẠY**



**MÔN: GIÁO DỤC THỂ CHẤT – Lớp 12**

**BÓNG HUYỀN**

**Năm học: 2024– 2025**

Tổ trưởng chuyên môn Người thực hiện

Nguyễn Duy Thân Phạm Thị Chín

*Đại Lộc, tháng năm 2024*

|  |  |
| --- | --- |
| **Tuần: 01** | **Ngày soạn: …./…../2024** |
| **Tiết: 01** | **Ngày dạy: …./…../2024** |

**Chủ đề 2: Kĩ thuật phát bóng**

**Bài 1:**  **Kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình (Tiết 1):**

**I. MỤC TIÊU**

**1. Về kiến thức**

Sau bài học này, HS sẽ:

- Biết sử dụng các yếu tố tự nhiên, dinh dưỡng để rèn luyện sức khỏe và phát triển thể chất

- Thực hiện được kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình và bài tập:

+ Bài tập 1: Mô phỏng động tác phát bóng thấp tay nghiêng mình

+ Bài tập 2: Mô phỏng động tác tiếp xúc bóng

- Biết điều chỉnh, sửa các lỗi sai khi thực hiện kĩ thuật.

**2. Năng lực:**

*- Năng lực chung:*

+ Giải quyết được những nhiệm vụ học tập một cách độc lập, theo cặp đôi, theo tổ, theo nhóm.

+ Góp phần phát triển năng lực giao tiếp và hợp tác qua hoạt động trao đổi, thực hiện nhiệm vụ học tập với giáo viên.

*- Năng lực riêng:*

+ Biết tự điều chỉnh, sửa lỗi sai về kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình thông qua nghe, quan sát, tập luyện theo hướng dẫn của giáo viên.

**3. Phẩm chất:**

Nghiêm túc, tích cực, chăm chỉ trong tập luyện, phối hợp với bạn cùng tập để hoàn thành bài tập và trò chơi vận động.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

**1. Đối với giáo viên**

- KHBD, SGK, SGV Giáo dục thể chất 12 (Bóng chuyền).

- Hình ảnh minh họa có liên quan đến bài học

- Sân bóng chuyền, bóng chuyền, rổ đựng bóng, còi, cọc nhựa.

- Còi để điều khiển các hoạt động tập luyện.

**2.** **Đối với học sinh**

- SGK.

- Dụng cụ học tập theo yêu cầu của GV.

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **NỘI DUNG** | **Định lượng** | **PHƯƠNG PHÁP VÀ HÌNH THỨC TỔ CHỨC** | |
| **Hoạt động của GV** | **Hoạt động của HS** |
| 1.Hoạt động mở đầu: (6-8’) a. Mục tiêu: Tạo hứng thú cho HS, từng bước bước vào bài học.  b. Nội dung:  - GV cho HS khởi động chung, khởi động chuyên môn.  c. Sản phẩm học tập: HS khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| ***1.1. Nhận lớp***  Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  + Cán sự lớp báo cáo sĩ số và tình hình của lớp.  - Giáo viên nhận lớp với đội hình 3 hàng ngang.  ***1.2. Khởi động***  - GV cho HS khởi động:  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  *1.2. Khởi động*  - Cự ly giãn cách một sải tay  - GV kết hợp với cán sự lớp hướng dẫn học sinh khởi động kỹ  - GV tổ chức, hướng dẫn và quản lí HS thực hiện các bài tập khởi động.  - GV hướng dẫn HS:  + Khởi động chung.  + Khởi chuyên môn. | 6-8’ | \* Giáo viên chuyển giao nhiệm vụ.  - Khởi động chung: GV tập hợp lớp thành các hàng ngang, giãn cách một sải tay, đứng xen kẽ nhau. GV đếm nhịp và hướng dẫn cho cả lớp thực hiện các động tác khởi động xoay các khớp và căng cơ.  - Khởi chuyên môn: GV tập trung lớp thành các hàng dọc, cho HS lần lượt thực hiện các bài tập di chuyển.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động.  - GV mời cả lớp cùng khởi động chung, khởi động chuyên môn.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động. | \* Học sinh tiếp nhận nhiệm vụ.  - HS cả lớp khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  C:\Users\Admin\AppData\Local\Packages\Microsoft.Windows.Photos_8wekyb3d8bbwe\TempState\ShareServiceTempFolder\1.jpeg  C:\Users\Admin\Desktop\2.png  C:\Users\Admin\Desktop\3.png  C:\Users\Admin\Desktop\4.png |
| **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới: (10-12’)**  a. Mục tiêu: Thông qua hoạt động, HS lắng nghe và nắm được kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình.  - Biết sử dụng các yếu tố tự nhiên, dinh dưỡng để rèn luyện sức khỏe và phát triển thể chất  b. Nội dung: GV giới thiệu, phân tích, thị phạm và lưu ý cho HS thực hiện kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình; sử dụng các yếu tố tự nhiên, dinh dưỡng để rèn luyện sức khỏe và phát triển thể chất; HS lắng nghe, quan sát và thực hiện dưới sự hướng dẫn của GV.  c. Sản phẩm học tập: HS luyện tập đồng loạt kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình  d. Tổ chức hoạt động: | | | |
| ***Kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình:***  - TTCB: Đứng hai chân rộng bằng vai, trọng lượng cơ thể dồn đều trên hai chân, hông và vai trái hướng lưới, tay trái đỡ bóng ngang thắt lưng, tay phải co tự nhiên về phía sau (H.6a).  - Thực hiện động tác: Từ TTCB, tay trái tung bóng lên cao khoảng 50 cm hơi chếch về phía trước mặt (H.6b), kết hợp chuyển trọng tâm sang chân trái, xoay người hướng lưới, đồng thời tay phải vung từ sau ra trước, đánh vào phần dưới sau bóng ở tầm ngang thắt lưng (H.6c). Lòng bàn tay căng cứng (hoặc nắm tay) khi tiếp xúc bóng để tăng thêm lực cho quả phát bóng.  - Kết thúc: Sau khi đánh bóng, tay phải vươn theo hướng bóng về phía trước lên cao (H.6d), chân phải theo đà bước lên trước để giữ thăng bằng và nhanh chóng di chuyển vào sân (H.6e). | 7-8’ | - GV làm mẫu theo các bước sau:  + Lần 1: Thực hiện toàn bộ kĩ thuật động tác  + Lần 2: Thực hiện lại động tác Kĩ thuật kết hợp mô tả, giải thích, phân tích kĩ thuật.  - GV cho HS thực hiện bài tập thử theo hình ảnh đã ghi nhớ.  - GV chú ý nhấn mạnh các lỗi sai mà HS thường mắc khi thực hiện động tác.  - GV tổ chức cho HS đồng loạt luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV.  - GV theo dõi, hỗ trợ HS nếu cần thiết | - HS lắng nghe, quan sát GV giới thiệu, thị phạm Kĩ thuật.  C:\Users\Admin\Desktop\qq.png  - HS chú ý lắng nghe, quan sát các lỗi sai thường mắc khi thực hiện động tác.  - HS thực hiện đồng loạt Kĩ thuật dưới sự hướng dẫn của GV  Đội hình tập luyện:  🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 |
| **Sử dụng các yếu tố tự nhiên, dinh dưỡng để rèn luyện sức khỏe và phát triển thể chất:**  *1. Sử dụng các yếu tố tự nhiên để rèn luyện sức khoẻ và phát triển các tố chất thể lực:*  **-** Tập luyện trong môi trường nước  - Tập luyện trong địa hình tự nhiên  *2. Sử dụng dinh dưỡng để rèn luyện sức khoẻ và phát triển các tố chất thể lực:*  - Chất bột đường  - Chất xơ  - Chất béo  - Chất đạm  - Vitamin và khoáng chất | 4-5’ | - GV hướng dẫn HS đọc và nghiên cứu nội dung “Sử dụng các yếu tố tự nhiên, dinh dưỡng để rèn luyện sức khỏe và phát triển thể chất” trong SGK. | - HS đọc, nghiên cứu nội dung “ Sử dụng các yếu tố tự nhiên, dinh dưỡng để rèn luyện sức khỏe và phát triển thể chất” trong SGK. |
| **3. Hoạt động luyện tập:(18-20’)**  **a. Mục tiêu:** Thông qua hoạt động, HS củng cố lại kiến thức đã học về kĩ thuật  **b. Nội dung:**  - Bài tập kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình:  + Bài tập 1: Mô phỏng động tác phát bóng thấp tay nghiêng mình  + Bài tập 2: Mô phỏng động tác tiếp xúc bóng  **c. Sản phẩm học tập:** HS luyện tập cá nhân, cặp đôi, nhóm kĩ thuật trên lớp và ở nhà.  **d. Tổ chức thực hiện** | | | |
| **Luyện tập kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình:**  ***Bài tập 1: Mô phỏng động tác phát bóng thấp tay nghiêng mình:***  HS mô phỏng các giai đoạn của kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình không bóng. Tập luyện cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm.  ***Bài tập 2: Mô phỏng động tác tiếp xúc bóng:***  HS thực hiện mô phỏng động tác phát bóng thấp tay nghiêng mình với bóng treo (hoặc bạn cùng học cầm giữ bóng) ngang thắt lưng. Tập luyện cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm. | 18-20’ | \* Giao nhiệm vụ học tập cho cả lớp.  - GV tổ chức cho HS Tập luyện cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm với nhau, nên phân cặp có cùng trình độ (năng lực vận động, chiều cao,...), giới tính (nam tập với nam, nữ tập với nữ) để tránh chấn thương trong luyện tập.  - GV cần lưu ý điều chỉnh khoảng cách giữa hai HS cho phù hợp khi thực hiện các bài tập, khuyến khích HS giúp đỡ nhau sửa các lỗi sai khi cùng luyện tập.  - Sau mỗi lượt thực hiện, GV cần quan sát, lắng nghe những trao đổi, nhận xét của các HS đối với bạn cùng tập để kịp thời định hướng, điều chỉnh động tác của HS  - GV mời đại diện cặp đôi thực hiện động tác trước lớp.  - GV nhận xét, đánh giá, khuyến khích động viên HS. | \*Cả lớp nhận nhiệm vụ tập luyện.  - HS chủ động luyện tập cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm với nội dung theo sự hướng dẫn của GV.  Đội hình tập luyện cá nhân:            Đội hình tập luyện theo cặp:      Đội hình tập luyện theo nhóm:               |
| 4. Hoạt động vận dụng:(2-3’) a. Mục tiêu: Củng cố lại kiến thức đã học.  b. Nội dung: GV trình bày vấn đề  c. Sản phẩm học tập: HS vận dụng được kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày | 2-3’ | - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. | - HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. |
| **5. Hoạt động kết thúc tiết học:(3-4’)** a. Mục tiêu: HS củng cố lại các kiến thức đã học.b. Nội dung: Thực hiện các động tác hồi tĩnh, ôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhàôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhà. c.Sản phẩm:HS thực hiện được các động tác hồi tĩnh, tự giác ôn tập kiến thức kĩ thuật HS tự giác ôn tập kiến thức đã học. | | | |
| - Thả lỏng tay, chân, toàn thân kết hợp với hít thở sâu.  - Giao nhiệm vụ bài tập về nhà: Ôn tập kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình | 3-4’ | - GV cho HS thả lỏng; nhận xét giờ học.  - Ôn lại kiến thức đã học: kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình | - Thực hiện các động tác thả lỏng  - Ôn kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình |

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)**

………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………….

|  |  |
| --- | --- |
| **Tuần: 01** | **Ngày soạn: …./…../2024** |
| **Tiết: 02** | **Ngày dạy: …./…../2024** |

**Chủ đề 2: Kĩ thuật phát bóng**

**Bài 1:**  **Kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình (Tiết 2):**

**I. MỤC TIÊU**

**1. Về kiến thức**

Sau bài học này, HS sẽ thực hiện được:

+ Bài tập 1: Mô phỏng động tác phát bóng thấp tay nghiêng mình

+ Bài tập 2: Mô phỏng động tác tiếp xúc bóng

+ Bài tập 3: Phát bóng vào tường

- Trò chơi: “Không để bóng rơi”

- Biết điều chỉnh, sửa các lỗi sai khi thực hiện kĩ thuật.

**2. Năng lực**

* ***Năng lực chung:***
* Giải quyết được những nhiệm vụ học tập một cách độc lập, theo cặp đôi, theo tổ, theo nhóm.
* Góp phần phát triển năng lực giao tiếp và hợp tác qua hoạt động trao đổi, thực hiện nhiệm vụ học tập với giáo viên.
* ***Năng lực riêng:***
* Biết tự điều chỉnh, sửa lỗi sai về kĩ thuật động tác thông qua nghe, quan sát, tập luyện theo hướng dẫn của giáo viên.

**3. Phẩm chất**

* Nghiêm túc, tích cực, chăm chỉ trong tập luyện, phối hợp với bạn cùng tập để hoàn thành bài tập và trò chơi vận động.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

**1. Đối với giáo viên**

* KHBD, SGK, SGV Giáo dục thể chất 12 (Bóng chuyền).
* Hình ảnh minh họa có liên quan đến bài học
* Sân bóng chuyền, bóng chuyền, rổ đựng bóng, còi, cọc nhựa.
* Còi để điều khiển các hoạt động tập luyện.

**2.** **Đối với học sinh**

- SGK.

- Dụng cụ học tập theo yêu cầu của GV.

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **NỘI DUNG** | **Định lượng** | **PHƯƠNG PHÁP VÀ HÌNH THỨC TỔ CHỨC** | |
| **Hoạt động của GV** | **Hoạt động của HS** |
| 1.Hoạt động mở đầu: (6-8’) a. Mục tiêu: Tạo hứng thú cho HS, từng bước bước vào bài học.  b. Nội dung:  - GV cho HS khởi động chung, khởi động chuyên môn.  c. Sản phẩm học tập: HS khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| ***1.1. Nhận lớp***  Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  + Cán sự lớp báo cáo sĩ số và tình hình của lớp.  - Giáo viên nhận lớp với đội hình 3 hàng ngang.  ***1.2. Khởi động***  - GV cho HS khởi động:  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  *1.2. Khởi động*  - Cự ly giãn cách một sải tay  - GV kết hợp với cán sự lớp hướng dẫn học sinh khởi động kỹ  - GV tổ chức, hướng dẫn và quản lí HS thực hiện các bài tập khởi động.  - GV hướng dẫn HS:  + Khởi động chung.  + Khởi chuyên môn. | 6-8’ | \* Giáo viên chuyển giao nhiệm vụ.  - Khởi động chung: GV tập hợp lớp thành các hàng ngang, giãn cách một sải tay, đứng xen kẽ nhau. GV đếm nhịp và hướng dẫn cho cả lớp thực hiện các động tác khởi động xoay các khớp và căng cơ.  - Khởi chuyên môn: GV tập trung lớp thành các hàng dọc, cho HS lần lượt thực hiện các bài tập di chuyển.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động.  - GV mời cả lớp cùng khởi động chung, khởi động chuyên môn.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động. | \* Học sinh tiếp nhận nhiệm vụ.  - HS cả lớp khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  C:\Users\Admin\AppData\Local\Packages\Microsoft.Windows.Photos_8wekyb3d8bbwe\TempState\ShareServiceTempFolder\1.jpeg  C:\Users\Admin\Desktop\2.png  C:\Users\Admin\Desktop\3.png  C:\Users\Admin\Desktop\4.png |
| **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới: (0’)** | | | |
| **3. Hoạt động luyện tập:(28-30’)**  **a. Mục tiêu:** Thông qua hoạt động, HS củng cố lại kiến thức đã học về kĩ thuật  **b. Nội dung:**  - Bài tập kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình:  + Bài tập 1: Mô phỏng động tác phát bóng thấp tay nghiêng mình  + Bài tập 2: Mô phỏng động tác tiếp xúc bóng  + Bài tập 3: Phát bóng vào tường  - Trò chơi: “Không để bóng rơi”  **c. Sản phẩm học tập:** HS luyện tập cá nhân, cặp đôi, nhóm kĩ thuật trên lớp và ở nhà.  **d. Tổ chức thực hiện** | | | |
| **Luyện tập kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình:**  ***Bài tập 1: Mô phỏng động tác phát bóng thấp tay nghiêng mình:***  HS mô phỏng các giai đoạn của kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình không bóng.  ***Bài tập 2: Mô phỏng động tác tiếp xúc bóng:***  HS thực hiện mô phỏng động tác phát bóng thấp tay nghiêng mình với bóng treo (hoặc bạn cùng học cầm giữ bóng) ngang thắt lưng.  ***Bài tập 3: Phát bóng vào tường:***  HS đứng cách tường 5 – 6 m, thực hiện kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình vào tường.  Các bài tập trên có thể tập luyện cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm. | 23-25’ | \* Giao nhiệm vụ học tập cho cả lớp.  - GV tổ chức cho HS Tập luyện cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm với nhau, nên phân cặp có cùng trình độ (năng lực vận động, chiều cao,...), giới tính (nam tập với nam, nữ tập với nữ) để tránh chấn thương trong luyện tập.  - GV cần lưu ý điều chỉnh khoảng cách giữa hai HS cho phù hợp khi thực hiện các bài tập, khuyến khích HS giúp đỡ nhau sửa các lỗi sai khi cùng luyện tập.  - Sau mỗi lượt thực hiện, GV cần quan sát, lắng nghe những trao đổi, nhận xét của các HS đối với bạn cùng tập để kịp thời định hướng, điều chỉnh động tác của HS  - GV mời đại diện cặp đôi thực hiện động tác trước lớp.  - GV nhận xét, đánh giá, khuyến khích động viên HS. | \*Cả lớp nhận nhiệm vụ tập luyện.  - HS chủ động luyện tập cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm với nội dung theo sự hướng dẫn của GV.  Đội hình tập luyện cá nhân:            Đội hình tập luyện theo cặp:      Đội hình tập luyện theo nhóm:               |
| ***Trò chơi vận động “Không để bóng rơi”:***  - Dụng cụ: Bóng, còi.  - Cách thực hiện: Chia người chơi thành nhiều đội có số người bằng nhau, mỗi đội đứng thành vòng tròn, mặt hướng tâm. Khi có hiệu lệnh, người chơi thực hiện động tác chuyển bóng cao tay qua lại cho người cùng đội trong vòng tròn quy định. Đội làm rơi bóng chạm sân trước là đội thua cuộc (H.5). | 3-5’ | - GV tổ chức cho HS chơi Trò chơi vận động “Không để bóng rơi”  - GV phổ biến mục đích, dụng cụ và cách thực hiện  - GV quan sát thái độ, tác phong của HS trong lúc chơi trò chơi.  - GV nhận xét, đánh giá, khuyến khích động viên HS. | - HS chơi trò chơi theo hướng dẫn của GV.  C:\Users\Admin\Desktop\5.png |
| 4. Hoạt động vận dụng:(2-3’) a. Mục tiêu: Củng cố lại kiến thức đã học.  b. Nội dung: GV trình bày vấn đề  c. Sản phẩm học tập: HS vận dụng được kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày | 2-3’ | - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. | - HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. |
| **5. Hoạt động kết thúc tiết học:(3-4’)** a. Mục tiêu: HS củng cố lại các kiến thức đã học.b. Nội dung: Thực hiện các động tác hồi tĩnh, ôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhàôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhà. c.Sản phẩm:HS thực hiện được các động tác hồi tĩnh, tự giác ôn tập kiến thức kĩ thuật HS tự giác ôn tập kiến thức đã học. | | | |
| - Thả lỏng tay, chân, toàn thân kết hợp với hít thở sâu.  - Giao nhiệm vụ bài tập về nhà: Ôn tập kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình | 3-4’ | - GV cho HS thả lỏng; nhận xét giờ học.  - Ôn lại kiến thức đã học: kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình | - Thực hiện các động tác thả lỏng  - Ôn kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình |

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)**

………………………………………………………………………………………….

|  |  |
| --- | --- |
| **Tuần: 02** | **Ngày soạn: …./…../2024** |
| **Tiết: 03** | **Ngày dạy: …./…../2024** |

**Chủ đề 2: Kĩ thuật phát bóng**

**Bài 1:**  **Kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình (Tiết 3):**

**I. MỤC TIÊU**

**1. Về kiến thức**

Sau bài học này, HS sẽ thực hiện được:

+ Bài tập 2: Mô phỏng động tác tiếp xúc bóng

+ Bài tập 3: Phát bóng vào tường

+ Bài tập 4: Phát bóng tại vị trí cách lưới 3 m, 6 m và cuối sân

- Biết điều chỉnh, sửa các lỗi sai khi thực hiện kĩ thuật.

**2. Năng lực**

* ***Năng lực chung:***
* Giải quyết được những nhiệm vụ học tập một cách độc lập, theo cặp đôi, theo tổ, theo nhóm.
* Góp phần phát triển năng lực giao tiếp và hợp tác qua hoạt động trao đổi, thực hiện nhiệm vụ học tập với giáo viên.
* ***Năng lực riêng:***
* Biết tự điều chỉnh, sửa lỗi sai về kĩ thuật động tác thông qua nghe, quan sát, tập luyện theo hướng dẫn của giáo viên.

**3. Phẩm chất**

* Nghiêm túc, tích cực, chăm chỉ trong tập luyện, phối hợp với bạn cùng tập để hoàn thành bài tập và trò chơi vận động.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

**1. Đối với giáo viên**

* KHBD, SGK, SGV Giáo dục thể chất 12 (Bóng chuyền).
* Hình ảnh minh họa có liên quan đến bài học
* Sân bóng chuyền, bóng chuyền, rổ đựng bóng, còi, cọc nhựa.
* Còi để điều khiển các hoạt động tập luyện.

**2.** **Đối với học sinh**

- SGK.

- Dụng cụ học tập theo yêu cầu của GV.

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **NỘI DUNG** | **Định lượng** | **PHƯƠNG PHÁP VÀ HÌNH THỨC TỔ CHỨC** | |
| **Hoạt động của GV** | **Hoạt động của HS** |
| 1.Hoạt động mở đầu: (6-8’) a. Mục tiêu: Tạo hứng thú cho HS, từng bước bước vào bài học.  b. Nội dung:  - GV cho HS khởi động chung, khởi động chuyên môn.  c. Sản phẩm học tập: HS khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| ***1.1. Nhận lớp***  Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  + Cán sự lớp báo cáo sĩ số và tình hình của lớp.  - Giáo viên nhận lớp với đội hình 3 hàng ngang.  ***1.2. Khởi động***  - GV cho HS khởi động:  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  *1.2. Khởi động*  - Cự ly giãn cách một sải tay  - GV kết hợp với cán sự lớp hướng dẫn học sinh khởi động kỹ  - GV tổ chức, hướng dẫn và quản lí HS thực hiện các bài tập khởi động.  - GV hướng dẫn HS:  + Khởi động chung.  + Khởi chuyên môn. | 6-8’ | \* Giáo viên chuyển giao nhiệm vụ.  - Khởi động chung: GV tập hợp lớp thành các hàng ngang, giãn cách một sải tay, đứng xen kẽ nhau. GV đếm nhịp và hướng dẫn cho cả lớp thực hiện các động tác khởi động xoay các khớp và căng cơ.  - Khởi chuyên môn: GV tập trung lớp thành các hàng dọc, cho HS lần lượt thực hiện các bài tập di chuyển.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động.  - GV mời cả lớp cùng khởi động chung, khởi động chuyên môn.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động. | \* Học sinh tiếp nhận nhiệm vụ.  - HS cả lớp khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  C:\Users\Admin\AppData\Local\Packages\Microsoft.Windows.Photos_8wekyb3d8bbwe\TempState\ShareServiceTempFolder\1.jpeg  C:\Users\Admin\Desktop\2.png  C:\Users\Admin\Desktop\3.png  C:\Users\Admin\Desktop\4.png |
| **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới: (0’)** | | | |
| **3. Hoạt động luyện tập:(28-30’)**  **a. Mục tiêu:** Thông qua hoạt động, HS củng cố lại kiến thức đã học về kĩ thuật  **b. Nội dung:**  - Bài tập kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình:  + Bài tập 2: Mô phỏng động tác tiếp xúc bóng  + Bài tập 3: Phát bóng vào tường  + Bài tập 4: Phát bóng tại vị trí cách lưới 3 m, 6 m và cuối sân  **c. Sản phẩm học tập:** HS luyện tập cá nhân, cặp đôi, nhóm kĩ thuật trên lớp và ở nhà.  **d. Tổ chức thực hiện** | | | |
| **Luyện tập kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình:**  ***Bài tập 2: Mô phỏng động tác tiếp xúc bóng:***  HS thực hiện mô phỏng động tác phát bóng thấp tay nghiêng mình với bóng treo (hoặc bạn cùng học cầm giữ bóng) ngang thắt lưng.  ***Bài tập 3: Phát bóng vào tường:***  HS đứng cách tường 5 – 6 m, thực hiện kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình vào tường.  ***Bài tập 4: Phát bóng tại vị trí cách lưới 3 m, 6 m và cuối sân:***  HS lần lượt đứng tại vị trí cách lưới 3 m, 6 m và khu vực phát bóng thực hiện kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình qua lưới.  Các bài tập trên có thể tập luyện cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm. | 28-30’ | \* Giao nhiệm vụ học tập cho cả lớp.  - GV tổ chức cho HS Tập luyện cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm với nhau, nên phân cặp có cùng trình độ (năng lực vận động, chiều cao,...), giới tính (nam tập với nam, nữ tập với nữ) để tránh chấn thương trong luyện tập.  - GV cần lưu ý điều chỉnh khoảng cách giữa hai HS cho phù hợp khi thực hiện các bài tập, khuyến khích HS giúp đỡ nhau sửa các lỗi sai khi cùng luyện tập.  - Sau mỗi lượt thực hiện, GV cần quan sát, lắng nghe những trao đổi, nhận xét của các HS đối với bạn cùng tập để kịp thời định hướng, điều chỉnh động tác của HS  - GV mời đại diện cặp đôi thực hiện động tác trước lớp.  - GV nhận xét, đánh giá, khuyến khích động viên HS. | \*Cả lớp nhận nhiệm vụ tập luyện.  - HS chủ động luyện tập cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm với nội dung theo sự hướng dẫn của GV.  Đội hình tập luyện cá nhân:          Đội hình tập luyện theo cặp:      Đội hình tập luyện theo nhóm:               |
| 4. Hoạt động vận dụng:(2-3’) a. Mục tiêu: Củng cố lại kiến thức đã học.  b. Nội dung: GV trình bày vấn đề  c. Sản phẩm học tập: HS vận dụng được kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày | 2-3’ | - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. | - HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. |
| **5. Hoạt động kết thúc tiết học:(3-4’)** a. Mục tiêu: HS củng cố lại các kiến thức đã học.b. Nội dung: Thực hiện các động tác hồi tĩnh, ôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhàôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhà. c.Sản phẩm:HS thực hiện được các động tác hồi tĩnh, tự giác ôn tập kiến thức kĩ thuật HS tự giác ôn tập kiến thức đã học. | | | |
| - Thả lỏng tay, chân, toàn thân kết hợp với hít thở sâu.  - Giao nhiệm vụ bài tập về nhà: Ôn tập kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình | 3-4’ | - GV cho HS thả lỏng; nhận xét giờ học.  - Ôn lại kiến thức đã học: kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình | - Thực hiện các động tác thả lỏng  - Ôn kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình |

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)**

**…………………………………………………………………………………………..**

|  |  |
| --- | --- |
| **Tuần: 02** | **Ngày soạn: …./…../2024** |
| **Tiết: 04** | **Ngày dạy: …./…../2024** |

**Chủ đề 2: Kĩ thuật phát bóng**

**Bài 1:**  **Kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình (Tiết 4):**

**I. MỤC TIÊU**

**1. Về kiến thức**

Sau bài học này, HS sẽ thực hiện được:

+ Bài tập 3: Phát bóng vào tường

+ Bài tập 4: Phát bóng tại vị trí cách lưới 3 m, 6 m và cuối sân

+ Bài tập 5: Phát bóng vào nửa cuối sân

- Biết điều chỉnh, sửa các lỗi sai khi thực hiện kĩ thuật.

**2. Năng lực**

* ***Năng lực chung:***
* Giải quyết được những nhiệm vụ học tập một cách độc lập, theo cặp đôi, theo tổ, theo nhóm.
* Góp phần phát triển năng lực giao tiếp và hợp tác qua hoạt động trao đổi, thực hiện nhiệm vụ học tập với giáo viên.
* ***Năng lực riêng:***
* Biết tự điều chỉnh, sửa lỗi sai về kĩ thuật động tác thông qua nghe, quan sát, tập luyện theo hướng dẫn của giáo viên.

**3. Phẩm chất**

* Nghiêm túc, tích cực, chăm chỉ trong tập luyện, phối hợp với bạn cùng tập để hoàn thành bài tập và trò chơi vận động.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

**1. Đối với giáo viên**

* KHBD, SGK, SGV Giáo dục thể chất 12 (Bóng chuyền).
* Hình ảnh minh họa có liên quan đến bài học
* Sân bóng chuyền, bóng chuyền, rổ đựng bóng, còi, cọc nhựa.
* Còi để điều khiển các hoạt động tập luyện.

**2.** **Đối với học sinh**

- SGK.

- Dụng cụ học tập theo yêu cầu của GV.

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **NỘI DUNG** | **Định lượng** | **PHƯƠNG PHÁP VÀ HÌNH THỨC TỔ CHỨC** | |
| **Hoạt động của GV** | **Hoạt động của HS** |
| 1.Hoạt động mở đầu: (6-8’) a. Mục tiêu: Tạo hứng thú cho HS, từng bước bước vào bài học.  b. Nội dung:  - GV cho HS khởi động chung, khởi động chuyên môn.  c. Sản phẩm học tập: HS khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| ***1.1. Nhận lớp***  Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  + Cán sự lớp báo cáo sĩ số và tình hình của lớp.  - Giáo viên nhận lớp với đội hình 3 hàng ngang.  ***1.2. Khởi động***  - GV cho HS khởi động:  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  *1.2. Khởi động*  - Cự ly giãn cách một sải tay  - GV kết hợp với cán sự lớp hướng dẫn học sinh khởi động kỹ  - GV tổ chức, hướng dẫn và quản lí HS thực hiện các bài tập khởi động.  - GV hướng dẫn HS:  + Khởi động chung.  + Khởi chuyên môn. | 6-8’ | \* Giáo viên chuyển giao nhiệm vụ.  - Khởi động chung: GV tập hợp lớp thành các hàng ngang, giãn cách một sải tay, đứng xen kẽ nhau. GV đếm nhịp và hướng dẫn cho cả lớp thực hiện các động tác khởi động xoay các khớp và căng cơ.  - Khởi chuyên môn: GV tập trung lớp thành các hàng dọc, cho HS lần lượt thực hiện các bài tập di chuyển.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động.  - GV mời cả lớp cùng khởi động chung, khởi động chuyên môn.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động. | \* Học sinh tiếp nhận nhiệm vụ.  - HS cả lớp khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  C:\Users\Admin\AppData\Local\Packages\Microsoft.Windows.Photos_8wekyb3d8bbwe\TempState\ShareServiceTempFolder\1.jpeg  C:\Users\Admin\Desktop\2.png  C:\Users\Admin\Desktop\3.png  C:\Users\Admin\Desktop\4.png |
| **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới: (0’)** | | | |
| **3. Hoạt động luyện tập:(28-30’)**  **a. Mục tiêu:** Thông qua hoạt động, HS củng cố lại kiến thức đã học về kĩ thuật  **b. Nội dung:**  - Bài tập kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình:  + Bài tập 3: Phát bóng vào tường  + Bài tập 4: Phát bóng tại vị trí cách lưới 3 m, 6 m và cuối sân  + Bài tập 5: Phát bóng vào nửa cuối sân  **c. Sản phẩm học tập:** HS luyện tập cá nhân, cặp đôi, nhóm kĩ thuật trên lớp và ở nhà.  **d. Tổ chức thực hiện** | | | |
| **Luyện tập kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình:**  ***Bài tập 3: Phát bóng vào tường:***  HS đứng cách tường 5 – 6 m, thực hiện kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình vào tường.  ***Bài tập 4: Phát bóng tại vị trí cách lưới 3 m, 6 m và cuối sân:***  HS lần lượt đứng tại vị trí cách lưới 3 m, 6 m và khu vực phát bóng thực hiện kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình qua lưới.  ***Bài tập 5: Phát bóng vào nửa cuối sân***  Người tập đứng tại khu vực phát bóng, lần lượt thực hiện phát bóng thấp tay trước mặt; thấp tay nghiêng mình qua lưới vào nửa cuối sân (H.7).  Các bài tập trên có thể tập luyện cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm. | 28-30’ | \* Giao nhiệm vụ học tập cho cả lớp.  - GV tổ chức cho HS Tập luyện cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm với nhau, nên phân cặp có cùng trình độ (năng lực vận động, chiều cao,...), giới tính (nam tập với nam, nữ tập với nữ) để tránh chấn thương trong luyện tập.  - GV cần lưu ý điều chỉnh khoảng cách giữa hai HS cho phù hợp khi thực hiện các bài tập, khuyến khích HS giúp đỡ nhau sửa các lỗi sai khi cùng luyện tập.  - Sau mỗi lượt thực hiện, GV cần quan sát, lắng nghe những trao đổi, nhận xét của các HS đối với bạn cùng tập để kịp thời định hướng, điều chỉnh động tác của HS  - GV mời đại diện cặp đôi thực hiện động tác trước lớp.  - GV nhận xét, đánh giá, khuyến khích động viên HS. | \*Cả lớp nhận nhiệm vụ tập luyện.  - HS chủ động luyện tập cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm với nội dung theo sự hướng dẫn của GV.  Đội hình tập luyện cá nhân:          Đội hình tập luyện theo cặp:      Đội hình tập luyện theo nhóm:                C:\Users\Admin\Desktop\a.png |
| 4. Hoạt động vận dụng:(2-3’) a. Mục tiêu: Củng cố lại kiến thức đã học.  b. Nội dung: GV trình bày vấn đề  c. Sản phẩm học tập: HS vận dụng được kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày | 2-3’ | - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. | - HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. |
| **5. Hoạt động kết thúc tiết học:(3-4’)** a. Mục tiêu: HS củng cố lại các kiến thức đã học.b. Nội dung: Thực hiện các động tác hồi tĩnh, ôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhàôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhà. c.Sản phẩm:HS thực hiện được các động tác hồi tĩnh, tự giác ôn tập kiến thức kĩ thuật HS tự giác ôn tập kiến thức đã học. | | | |
| - Thả lỏng tay, chân, toàn thân kết hợp với hít thở sâu.  - Giao nhiệm vụ bài tập về nhà: Ôn tập kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình | 3-4’ | - GV cho HS thả lỏng; nhận xét giờ học.  - Ôn lại kiến thức đã học: kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình | - Thực hiện các động tác thả lỏng  - Ôn kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình |

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)**

………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………….

|  |  |
| --- | --- |
| **Tuần: 03** | **Ngày soạn: …./…../2024** |
| **Tiết: 05** | **Ngày dạy: …./…../2024** |

**Chủ đề 2: Kĩ thuật phát bóng**

**Bài 1:**  **Kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình (Tiết 5):**

**I. MỤC TIÊU**

**1. Về kiến thức**

Sau bài học này, HS sẽ thực hiện được:

+ Bài tập 4: Phát bóng tại vị trí cách lưới 3 m, 6 m và cuối sân

+ Bài tập 5: Phát bóng vào nửa cuối sân

+ Bài tập 6: Phát bóng vào ô quy định

- Trò chơi: “Phát bóng tiếp sức”

- Biết điều chỉnh, sửa các lỗi sai khi thực hiện kĩ thuật.

**2. Năng lực**

* ***Năng lực chung:***
* Giải quyết được những nhiệm vụ học tập một cách độc lập, theo cặp đôi, theo tổ, theo nhóm.
* Góp phần phát triển năng lực giao tiếp và hợp tác qua hoạt động trao đổi, thực hiện nhiệm vụ học tập với giáo viên.
* ***Năng lực riêng:***
* Biết tự điều chỉnh, sửa lỗi sai về kĩ thuật động tác thông qua nghe, quan sát, tập luyện theo hướng dẫn của giáo viên.

**3. Phẩm chất**

* Nghiêm túc, tích cực, chăm chỉ trong tập luyện, phối hợp với bạn cùng tập để hoàn thành bài tập và trò chơi vận động.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

**1. Đối với giáo viên**

* KHBD, SGK, SGV Giáo dục thể chất 12 (Bóng chuyền).
* Hình ảnh minh họa có liên quan đến bài học
* Sân bóng chuyền, bóng chuyền, rổ đựng bóng, còi, cọc nhựa.
* Còi để điều khiển các hoạt động tập luyện.

**2.** **Đối với học sinh**

- SGK.

- Dụng cụ học tập theo yêu cầu của GV.

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **NỘI DUNG** | **Định lượng** | **PHƯƠNG PHÁP VÀ HÌNH THỨC TỔ CHỨC** | |
| **Hoạt động của GV** | **Hoạt động của HS** |
| 1.Hoạt động mở đầu: (6-8’) a. Mục tiêu: Tạo hứng thú cho HS, từng bước bước vào bài học.  b. Nội dung:  - GV cho HS khởi động chung, khởi động chuyên môn.  c. Sản phẩm học tập: HS khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| ***1.1. Nhận lớp***  Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  + Cán sự lớp báo cáo sĩ số và tình hình của lớp.  - Giáo viên nhận lớp với đội hình 3 hàng ngang.  ***1.2. Khởi động***  - GV cho HS khởi động:  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  *1.2. Khởi động*  - Cự ly giãn cách một sải tay  - GV kết hợp với cán sự lớp hướng dẫn học sinh khởi động kỹ  - GV tổ chức, hướng dẫn và quản lí HS thực hiện các bài tập khởi động.  - GV hướng dẫn HS:  + Khởi động chung.  + Khởi chuyên môn. | 6-8’ | \* Giáo viên chuyển giao nhiệm vụ.  - Khởi động chung: GV tập hợp lớp thành các hàng ngang, giãn cách một sải tay, đứng xen kẽ nhau. GV đếm nhịp và hướng dẫn cho cả lớp thực hiện các động tác khởi động xoay các khớp và căng cơ.  - Khởi chuyên môn: GV tập trung lớp thành các hàng dọc, cho HS lần lượt thực hiện các bài tập di chuyển.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động.  - GV mời cả lớp cùng khởi động chung, khởi động chuyên môn.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động. | \* Học sinh tiếp nhận nhiệm vụ.  - HS cả lớp khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  C:\Users\Admin\AppData\Local\Packages\Microsoft.Windows.Photos_8wekyb3d8bbwe\TempState\ShareServiceTempFolder\1.jpeg  C:\Users\Admin\Desktop\2.png  C:\Users\Admin\Desktop\3.png  C:\Users\Admin\Desktop\4.png |
| **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới: (0’)** | | | |
| **3. Hoạt động luyện tập:(28-30’)**  **a. Mục tiêu:** Thông qua hoạt động, HS củng cố lại kiến thức đã học về kĩ thuật  **b. Nội dung:**  - Bài tập kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình:  + Bài tập 4: Phát bóng tại vị trí cách lưới 3 m, 6 m và cuối sân  + Bài tập 5: Phát bóng vào nửa cuối sân  + Bài tập 6: Phát bóng vào ô quy định  - Trò chơi: “Phát bóng tiếp sức”  **c. Sản phẩm học tập:** HS luyện tập cá nhân, cặp đôi, nhóm kĩ thuật trên lớp và ở nhà.  **d. Tổ chức thực hiện** | | | |
| **Luyện tập kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình:**  ***Bài tập 4: Phát bóng tại vị trí cách lưới 3 m, 6 m và cuối sân:***  HS lần lượt đứng tại vị trí cách lưới 3 m, 6 m và khu vực phát bóng thực hiện kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình qua lưới.  ***Bài tập 5: Phát bóng vào nửa cuối sân***  Người tập đứng tại khu vực phát bóng, lần lượt thực hiện phát bóng thấp tay trước mặt; thấp tay nghiêng mình qua lưới vào nửa cuối sân (H.7).  ***Bài tập 6: Phát bóng vào ô quy định:***  Người tập đứng tại khu vực phát bóng, lần lượt thực hiện phát bóng thấp tay trước mặt; thấp tay nghiêng mình qua lưới vào ô quy định (H.8).  Các bài tập trên có thể tập luyện cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm. | 23-25’ | \* Giao nhiệm vụ học tập cho cả lớp.  - GV tổ chức cho HS Tập luyện cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm với nhau, nên phân cặp có cùng trình độ (năng lực vận động, chiều cao,...), giới tính (nam tập với nam, nữ tập với nữ) để tránh chấn thương trong luyện tập.  - GV cần lưu ý điều chỉnh khoảng cách giữa hai HS cho phù hợp khi thực hiện các bài tập, khuyến khích HS giúp đỡ nhau sửa các lỗi sai khi cùng luyện tập.  - Sau mỗi lượt thực hiện, GV cần quan sát, lắng nghe những trao đổi, nhận xét của các HS đối với bạn cùng tập để kịp thời định hướng, điều chỉnh động tác của HS  - GV mời đại diện cặp đôi thực hiện động tác trước lớp.  - GV nhận xét, đánh giá, khuyến khích động viên HS. | \*Cả lớp nhận nhiệm vụ tập luyện.  - HS chủ động luyện tập cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm với nội dung theo sự hướng dẫn của GV.  Đội hình tập luyện cá nhân:          Đội hình tập luyện theo cặp:      Đội hình tập luyện theo nhóm:                C:\Users\Admin\Desktop\a.png  C:\Users\Admin\Desktop\b.png |
| ***Trò chơi vận động “Phát bóng tiếp sức”:***  - Mục đích: Bổ trợ kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình, phát triển sức mạnh.  - Dụng cụ: Bóng, còi, rổ đựng bóng, sân bóng chuyền.  - Cách thực hiện: Chia người chơi thành hai nhóm có số người bằng nhau, xếp thành hàng dọc sau vạch cuối sân. Khi có hiệu lệnh, người đứng đầu hàng của mỗi nhóm nhảy lò cò lên vạch 3 m lấy bóng trong rổ và lò cò quay lại vạch cuối sân thực hiện phát bóng thấp tay nghiêng mình qua lưới. Sau khi phát bóng, người phát chạm tay đồng đội kế tiếp để tiếp tục thực hiện trò chơi và di chuyển về cuối hàng chuẩn bị cho lượt tiếp theo (H.10). Kết thúc thời gian quy định, nhóm phát được nhiều bóng qua lưới vào sân hơn là nhóm thắng cuộc. | 3-5’ | - GV tổ chức cho HS chơi Trò chơi vận động “Phát bóng tiếp sức”  - GV phổ biến mục đích, dụng cụ và cách thực hiện  - GV quan sát thái độ, tác phong của HS trong lúc chơi trò chơi.  - GV nhận xét, đánh giá, khuyến khích động viên HS. | - HS chơi trò chơi theo hướng dẫn của GV.  C:\Users\Admin\Desktop\23.png |
| 4. Hoạt động vận dụng:(2-3’) a. Mục tiêu: Củng cố lại kiến thức đã học.  b. Nội dung: GV trình bày vấn đề  c. Sản phẩm học tập: HS vận dụng được kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày | 2-3’ | - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. | - HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. |
| **5. Hoạt động kết thúc tiết học:(3-4’)** a. Mục tiêu: HS củng cố lại các kiến thức đã học.b. Nội dung: Thực hiện các động tác hồi tĩnh, ôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhàôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhà. c.Sản phẩm:HS thực hiện được các động tác hồi tĩnh, tự giác ôn tập kiến thức kĩ thuật HS tự giác ôn tập kiến thức đã học. | | | |
| - Thả lỏng tay, chân, toàn thân kết hợp với hít thở sâu.  - Giao nhiệm vụ bài tập về nhà: Ôn tập kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình | 3-4’ | - GV cho HS thả lỏng; nhận xét giờ học.  - Ôn lại kiến thức đã học: kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình | - Thực hiện các động tác thả lỏng  - Ôn kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình |

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)**

………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………….

|  |  |
| --- | --- |
| **Tuần: 03** | **Ngày soạn: …./…../2024** |
| **Tiết: 06** | **Ngày dạy: …./…../2024** |

**Chủ đề 2: Kĩ thuật phát bóng**

**Bài 1:**  **Kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình (Tiết 6):**

**I. MỤC TIÊU**

**1. Về kiến thức**

Sau bài học này, HS sẽ thực hiện được:

+ Bài tập 5: Phát bóng vào nửa cuối sân

+ Bài tập 6: Phát bóng vào ô quy định

+ Bài tập 7: Phối hợp phát và đỡ phát bóng

- Biết điều chỉnh, sửa các lỗi sai khi thực hiện kĩ thuật.

**2. Năng lực**

* ***Năng lực chung:***
* Giải quyết được những nhiệm vụ học tập một cách độc lập, theo cặp đôi, theo tổ, theo nhóm.
* Góp phần phát triển năng lực giao tiếp và hợp tác qua hoạt động trao đổi, thực hiện nhiệm vụ học tập với giáo viên.
* ***Năng lực riêng:***
* Biết tự điều chỉnh, sửa lỗi sai về kĩ thuật động tác thông qua nghe, quan sát, tập luyện theo hướng dẫn của giáo viên.

**3. Phẩm chất**

* Nghiêm túc, tích cực, chăm chỉ trong tập luyện, phối hợp với bạn cùng tập để hoàn thành bài tập và trò chơi vận động.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

**1. Đối với giáo viên**

* KHBD, SGK, SGV Giáo dục thể chất 12 (Bóng chuyền).
* Hình ảnh minh họa có liên quan đến bài học
* Sân bóng chuyền, bóng chuyền, rổ đựng bóng, còi, cọc nhựa.
* Còi để điều khiển các hoạt động tập luyện.

**2.** **Đối với học sinh**

- SGK.

- Dụng cụ học tập theo yêu cầu của GV.

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **NỘI DUNG** | **Định lượng** | **PHƯƠNG PHÁP VÀ HÌNH THỨC TỔ CHỨC** | |
| **Hoạt động của GV** | **Hoạt động của HS** |
| 1.Hoạt động mở đầu: (6-8’) a. Mục tiêu: Tạo hứng thú cho HS, từng bước bước vào bài học.  b. Nội dung:  - GV cho HS khởi động chung, khởi động chuyên môn.  c. Sản phẩm học tập: HS khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| ***1.1. Nhận lớp***  Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  + Cán sự lớp báo cáo sĩ số và tình hình của lớp.  - Giáo viên nhận lớp với đội hình 3 hàng ngang.  ***1.2. Khởi động***  - GV cho HS khởi động:  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  *1.2. Khởi động*  - Cự ly giãn cách một sải tay  - GV kết hợp với cán sự lớp hướng dẫn học sinh khởi động kỹ  - GV tổ chức, hướng dẫn và quản lí HS thực hiện các bài tập khởi động.  - GV hướng dẫn HS:  + Khởi động chung.  + Khởi chuyên môn. | 6-8’ | \* Giáo viên chuyển giao nhiệm vụ.  - Khởi động chung: GV tập hợp lớp thành các hàng ngang, giãn cách một sải tay, đứng xen kẽ nhau. GV đếm nhịp và hướng dẫn cho cả lớp thực hiện các động tác khởi động xoay các khớp và căng cơ.  - Khởi chuyên môn: GV tập trung lớp thành các hàng dọc, cho HS lần lượt thực hiện các bài tập di chuyển.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động.  - GV mời cả lớp cùng khởi động chung, khởi động chuyên môn.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động. | \* Học sinh tiếp nhận nhiệm vụ.  - HS cả lớp khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  C:\Users\Admin\AppData\Local\Packages\Microsoft.Windows.Photos_8wekyb3d8bbwe\TempState\ShareServiceTempFolder\1.jpeg  C:\Users\Admin\Desktop\2.png  C:\Users\Admin\Desktop\3.png  C:\Users\Admin\Desktop\4.png |
| **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới: (0’)** | | | |
| **3. Hoạt động luyện tập:(28-30’)**  **a. Mục tiêu:** Thông qua hoạt động, HS củng cố lại kiến thức đã học về kĩ thuật  **b. Nội dung:**  - Bài tập kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình:  + Bài tập 5: Phát bóng vào nửa cuối sân  + Bài tập 6: Phát bóng vào ô quy định  + Bài tập 7: Phối hợp phát và đỡ phát bóng  **c. Sản phẩm học tập:** HS luyện tập cá nhân, cặp đôi, nhóm kĩ thuật trên lớp và ở nhà.  **d. Tổ chức thực hiện** | | | |
| **Luyện tập kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình:**  ***Bài tập 5: Phát bóng vào nửa cuối sân***  Người tập đứng tại khu vực phát bóng, lần lượt thực hiện phát bóng thấp tay trước mặt; thấp tay nghiêng mình qua lưới vào nửa cuối sân (H.7).  ***Bài tập 6: Phát bóng vào ô quy định:***  Người tập đứng tại khu vực phát bóng, lần lượt thực hiện phát bóng thấp tay trước mặt; thấp tay nghiêng mình qua lưới vào ô quy định (H.8).  ***Bài tập 7: Phối hợp phát và đỡ phát bóng:***  Người tập đứng tại khu vực phát bóng, lần lượt thực hiện kĩ thuật phát bóng thấp tay trước mặt; thấp tay nghiêng mình qua lưới cho bạn cùng tập đỡ bóng ở sân đối diện (H.9).  Các bài tập trên có thể tập luyện cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm. | 28-30’ | \* Giao nhiệm vụ học tập cho cả lớp.  - GV tổ chức cho HS Tập luyện cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm với nhau, nên phân cặp có cùng trình độ (năng lực vận động, chiều cao,...), giới tính (nam tập với nam, nữ tập với nữ) để tránh chấn thương trong luyện tập.  - GV cần lưu ý điều chỉnh khoảng cách giữa hai HS cho phù hợp khi thực hiện các bài tập, khuyến khích HS giúp đỡ nhau sửa các lỗi sai khi cùng luyện tập.  - Sau mỗi lượt thực hiện, GV cần quan sát, lắng nghe những trao đổi, nhận xét của các HS đối với bạn cùng tập để kịp thời định hướng, điều chỉnh động tác của HS  - GV mời đại diện cặp đôi thực hiện động tác trước lớp.  - GV nhận xét, đánh giá, khuyến khích động viên HS.  C:\Users\Admin\Desktop\c.png | \*Cả lớp nhận nhiệm vụ tập luyện.  - HS chủ động luyện tập cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm với nội dung theo sự hướng dẫn của GV.  Đội hình tập luyện cá nhân:          Đội hình tập luyện theo cặp:      Đội hình tập luyện theo nhóm:                C:\Users\Admin\Desktop\a.png  C:\Users\Admin\Desktop\b.png |
| 4. Hoạt động vận dụng:(2-3’) a. Mục tiêu: Củng cố lại kiến thức đã học.  b. Nội dung: GV trình bày vấn đề  c. Sản phẩm học tập: HS vận dụng được kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày | 2-3’ | - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. | - HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. |
| **5. Hoạt động kết thúc tiết học:(3-4’)** a. Mục tiêu: HS củng cố lại các kiến thức đã học.b. Nội dung: Thực hiện các động tác hồi tĩnh, ôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhàôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhà. c.Sản phẩm:HS thực hiện được các động tác hồi tĩnh, tự giác ôn tập kiến thức kĩ thuật HS tự giác ôn tập kiến thức đã học. | | | |
| - Thả lỏng tay, chân, toàn thân kết hợp với hít thở sâu.  - Giao nhiệm vụ bài tập về nhà: Ôn tập kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình | 3-4’ | - GV cho HS thả lỏng; nhận xét giờ học.  - Ôn lại kiến thức đã học: kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình | - Thực hiện các động tác thả lỏng  - Ôn kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình |

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)**

………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………….

|  |  |
| --- | --- |
| **Tuần: 04** | **Ngày soạn: …./…../2024** |
| **Tiết: 07** | **Ngày dạy: …./…../2024** |

**Chủ đề 2: Kĩ thuật phát bóng**

**Bài 1:**  **Kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình (Tiết 7):**

**I. MỤC TIÊU**

**1. Về kiến thức**

Sau bài học này, HS sẽ thực hiện được:

+ Bài tập 5: Phát bóng vào nửa cuối sân

+ Bài tập 6: Phát bóng vào ô quy định

+ Bài tập 7: Phối hợp phát và đỡ phát bóng

- Biết điều chỉnh, sửa các lỗi sai khi thực hiện kĩ thuật.

**2. Năng lực**

* ***Năng lực chung:***
* Giải quyết được những nhiệm vụ học tập một cách độc lập, theo cặp đôi, theo tổ, theo nhóm.
* Góp phần phát triển năng lực giao tiếp và hợp tác qua hoạt động trao đổi, thực hiện nhiệm vụ học tập với giáo viên.
* ***Năng lực riêng:***
* Biết tự điều chỉnh, sửa lỗi sai về kĩ thuật động tác thông qua nghe, quan sát, tập luyện theo hướng dẫn của giáo viên.

**3. Phẩm chất**

* Nghiêm túc, tích cực, chăm chỉ trong tập luyện, phối hợp với bạn cùng tập để hoàn thành bài tập và trò chơi vận động.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

**1. Đối với giáo viên**

* KHBD, SGK, SGV Giáo dục thể chất 12 (Bóng chuyền).
* Hình ảnh minh họa có liên quan đến bài học
* Sân bóng chuyền, bóng chuyền, rổ đựng bóng, còi, cọc nhựa.
* Còi để điều khiển các hoạt động tập luyện.

**2.** **Đối với học sinh**

- SGK.

- Dụng cụ học tập theo yêu cầu của GV.

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **NỘI DUNG** | **Định lượng** | **PHƯƠNG PHÁP VÀ HÌNH THỨC TỔ CHỨC** | |
| **Hoạt động của GV** | **Hoạt động của HS** |
| 1.Hoạt động mở đầu: (6-8’) a. Mục tiêu: Tạo hứng thú cho HS, từng bước bước vào bài học.  b. Nội dung:  - GV cho HS khởi động chung, khởi động chuyên môn.  c. Sản phẩm học tập: HS khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| ***1.1. Nhận lớp***  Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  + Cán sự lớp báo cáo sĩ số và tình hình của lớp.  - Giáo viên nhận lớp với đội hình 3 hàng ngang.  ***1.2. Khởi động***  - GV cho HS khởi động:  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  *1.2. Khởi động*  - Cự ly giãn cách một sải tay  - GV kết hợp với cán sự lớp hướng dẫn học sinh khởi động kỹ  - GV tổ chức, hướng dẫn và quản lí HS thực hiện các bài tập khởi động.  - GV hướng dẫn HS:  + Khởi động chung.  + Khởi chuyên môn. | 6-8’ | \* Giáo viên chuyển giao nhiệm vụ.  - Khởi động chung: GV tập hợp lớp thành các hàng ngang, giãn cách một sải tay, đứng xen kẽ nhau. GV đếm nhịp và hướng dẫn cho cả lớp thực hiện các động tác khởi động xoay các khớp và căng cơ.  - Khởi chuyên môn: GV tập trung lớp thành các hàng dọc, cho HS lần lượt thực hiện các bài tập di chuyển.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động.  - GV mời cả lớp cùng khởi động chung, khởi động chuyên môn.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động. | \* Học sinh tiếp nhận nhiệm vụ.  - HS cả lớp khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  C:\Users\Admin\AppData\Local\Packages\Microsoft.Windows.Photos_8wekyb3d8bbwe\TempState\ShareServiceTempFolder\1.jpeg  C:\Users\Admin\Desktop\2.png  C:\Users\Admin\Desktop\3.png  C:\Users\Admin\Desktop\4.png |
| **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới: (0’)** | | | |
| **3. Hoạt động luyện tập:(28-30’)**  **a. Mục tiêu:** Thông qua hoạt động, HS củng cố lại kiến thức đã học về kĩ thuật  **b. Nội dung:**  - Bài tập kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình:  + Bài tập 5: Phát bóng vào nửa cuối sân  + Bài tập 6: Phát bóng vào ô quy định  + Bài tập 7: Phối hợp phát và đỡ phát bóng  **c. Sản phẩm học tập:** HS luyện tập cá nhân, cặp đôi, nhóm kĩ thuật trên lớp và ở nhà.  **d. Tổ chức thực hiện** | | | |
| **Luyện tập kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình:**  ***Bài tập 5: Phát bóng vào nửa cuối sân***  Người tập đứng tại khu vực phát bóng, lần lượt thực hiện phát bóng thấp tay trước mặt; thấp tay nghiêng mình qua lưới vào nửa cuối sân (H.7).  ***Bài tập 6: Phát bóng vào ô quy định:***  Người tập đứng tại khu vực phát bóng, lần lượt thực hiện phát bóng thấp tay trước mặt; thấp tay nghiêng mình qua lưới vào ô quy định (H.8).  ***Bài tập 7: Phối hợp phát và đỡ phát bóng:***  Người tập đứng tại khu vực phát bóng, lần lượt thực hiện kĩ thuật phát bóng thấp tay trước mặt; thấp tay nghiêng mình qua lưới cho bạn cùng tập đỡ bóng ở sân đối diện (H.9).  Các bài tập trên có thể tập luyện cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm. | 28-30’ | \* Giao nhiệm vụ học tập cho cả lớp.  - GV tổ chức cho HS Tập luyện cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm với nhau, nên phân cặp có cùng trình độ (năng lực vận động, chiều cao,...), giới tính (nam tập với nam, nữ tập với nữ) để tránh chấn thương trong luyện tập.  - GV cần lưu ý điều chỉnh khoảng cách giữa hai HS cho phù hợp khi thực hiện các bài tập, khuyến khích HS giúp đỡ nhau sửa các lỗi sai khi cùng luyện tập.  - Sau mỗi lượt thực hiện, GV cần quan sát, lắng nghe những trao đổi, nhận xét của các HS đối với bạn cùng tập để kịp thời định hướng, điều chỉnh động tác của HS  - GV mời đại diện cặp đôi thực hiện động tác trước lớp.  - GV nhận xét, đánh giá, khuyến khích động viên HS.  C:\Users\Admin\Desktop\c.png | \*Cả lớp nhận nhiệm vụ tập luyện.  - HS chủ động luyện tập cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm với nội dung theo sự hướng dẫn của GV.  Đội hình tập luyện cá nhân:          Đội hình tập luyện theo cặp:      Đội hình tập luyện theo nhóm:                C:\Users\Admin\Desktop\a.png  C:\Users\Admin\Desktop\b.png |
| 4. Hoạt động vận dụng:(2-3’) a. Mục tiêu: Củng cố lại kiến thức đã học.  b. Nội dung: GV trình bày vấn đề  c. Sản phẩm học tập: HS vận dụng được kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày | 2-3’ | - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. | - HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. |
| **5. Hoạt động kết thúc tiết học:(3-4’)** a. Mục tiêu: HS củng cố lại các kiến thức đã học.b. Nội dung: Thực hiện các động tác hồi tĩnh, ôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhàôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhà. c.Sản phẩm:HS thực hiện được các động tác hồi tĩnh, tự giác ôn tập kiến thức kĩ thuật HS tự giác ôn tập kiến thức đã học. | | | |
| - Thả lỏng tay, chân, toàn thân kết hợp với hít thở sâu.  - Giao nhiệm vụ bài tập về nhà: Ôn tập kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình | 3-4’ | - GV cho HS thả lỏng; nhận xét giờ học.  - Ôn lại kiến thức đã học: kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình | - Thực hiện các động tác thả lỏng  - Ôn kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình |

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)**

………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………….

|  |  |
| --- | --- |
| **Tuần: 04** | **Ngày soạn: …./…../2024** |
| **Tiết: 08** | **Ngày dạy: …./…../2024** |

**Chủ đề 2: Kĩ thuật phát bóng**

**Bài 1:**  **Kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình (Tiết 8):**

**I. MỤC TIÊU**

**1. Về kiến thức**

Sau bài học này, HS sẽ thực hiện được:

- Kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình 1 cách thuần thục

- Trò chơi: “Không để bóng rơi”

- Biết điều chỉnh, sửa các lỗi sai khi thực hiện kĩ thuật.

**2. Năng lực**

* ***Năng lực chung:***
* Giải quyết được những nhiệm vụ học tập một cách độc lập, theo cặp đôi, theo tổ, theo nhóm.
* Góp phần phát triển năng lực giao tiếp và hợp tác qua hoạt động trao đổi, thực hiện nhiệm vụ học tập với giáo viên.
* ***Năng lực riêng:***
* Biết tự điều chỉnh, sửa lỗi sai về kĩ thuật động tác thông qua nghe, quan sát, tập luyện theo hướng dẫn của giáo viên.

**3. Phẩm chất**

* Nghiêm túc, tích cực, chăm chỉ trong tập luyện, phối hợp với bạn cùng tập để hoàn thành bài tập và trò chơi vận động.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

**1. Đối với giáo viên**

* KHBD, SGK, SGV Giáo dục thể chất 12 (Bóng chuyền).
* Hình ảnh minh họa có liên quan đến bài học
* Sân bóng chuyền, bóng chuyền, rổ đựng bóng, còi, cọc nhựa.
* Còi để điều khiển các hoạt động tập luyện.

**2.** **Đối với học sinh**

- SGK.

- Dụng cụ học tập theo yêu cầu của GV.

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **NỘI DUNG** | **Định lượng** | **PHƯƠNG PHÁP VÀ HÌNH THỨC TỔ CHỨC** | |
| **Hoạt động của GV** | **Hoạt động của HS** |
| 1.Hoạt động mở đầu: (6-8’) a. Mục tiêu: Tạo hứng thú cho HS, từng bước bước vào bài học.  b. Nội dung:  - GV cho HS khởi động chung, khởi động chuyên môn.  c. Sản phẩm học tập: HS khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| ***1.1. Nhận lớp***  Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  + Cán sự lớp báo cáo sĩ số và tình hình của lớp.  - Giáo viên nhận lớp với đội hình 3 hàng ngang.  ***1.2. Khởi động***  - GV cho HS khởi động:  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  *1.2. Khởi động*  - Cự ly giãn cách một sải tay  - GV kết hợp với cán sự lớp hướng dẫn học sinh khởi động kỹ  - GV tổ chức, hướng dẫn và quản lí HS thực hiện các bài tập khởi động.  - GV hướng dẫn HS:  + Khởi động chung.  + Khởi chuyên môn. | 6-8’ | \* Giáo viên chuyển giao nhiệm vụ.  - Khởi động chung: GV tập hợp lớp thành các hàng ngang, giãn cách một sải tay, đứng xen kẽ nhau. GV đếm nhịp và hướng dẫn cho cả lớp thực hiện các động tác khởi động xoay các khớp và căng cơ.  - Khởi chuyên môn: GV tập trung lớp thành các hàng dọc, cho HS lần lượt thực hiện các bài tập di chuyển.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động.  - GV mời cả lớp cùng khởi động chung, khởi động chuyên môn.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động. | \* Học sinh tiếp nhận nhiệm vụ.  - HS cả lớp khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  C:\Users\Admin\AppData\Local\Packages\Microsoft.Windows.Photos_8wekyb3d8bbwe\TempState\ShareServiceTempFolder\1.jpeg  C:\Users\Admin\Desktop\2.png  C:\Users\Admin\Desktop\3.png  C:\Users\Admin\Desktop\4.png |
| **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới: (0’)** | | | |
| **3. Hoạt động luyện tập:(28-30’)**  **a. Mục tiêu:** Thông qua hoạt động, HS củng cố lại kiến thức đã học về kĩ thuật  **b. Nội dung:**  - Bài tập kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình  - Trò chơi: “Không để bóng rơi”  **c. Sản phẩm học tập:** HS luyện tập cá nhân, cặp đôi, nhóm kĩ thuật trên lớp và ở nhà.  **d. Tổ chức thực hiện** | | | |
| **Luyện tập kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình:**  ***Bài tập 5: Phát bóng vào nửa cuối sân***  Người tập đứng tại khu vực phát bóng, lần lượt thực hiện phát bóng thấp tay trước mặt; thấp tay nghiêng mình qua lưới vào nửa cuối sân (H.7).  ***Bài tập 6: Phát bóng vào ô quy định:***  Người tập đứng tại khu vực phát bóng, lần lượt thực hiện phát bóng thấp tay trước mặt; thấp tay nghiêng mình qua lưới vào ô quy định (H.8).  ***Bài tập 7: Phối hợp phát và đỡ phát bóng:***  Người tập đứng tại khu vực phát bóng, lần lượt thực hiện kĩ thuật phát bóng thấp tay trước mặt; thấp tay nghiêng mình qua lưới cho bạn cùng tập đỡ bóng ở sân đối diện (H.9).  Các bài tập trên có thể tập luyện cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm. | 23-25’ | \* Giao nhiệm vụ học tập cho cả lớp.  - GV tổ chức cho HS Tập luyện cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm với nhau, nên phân cặp có cùng trình độ (năng lực vận động, chiều cao,...), giới tính (nam tập với nam, nữ tập với nữ) để tránh chấn thương trong luyện tập.  - GV cần lưu ý điều chỉnh khoảng cách giữa hai HS cho phù hợp khi thực hiện các bài tập, khuyến khích HS giúp đỡ nhau sửa các lỗi sai khi cùng luyện tập.  - Sau mỗi lượt thực hiện, GV cần quan sát, lắng nghe những trao đổi, nhận xét của các HS đối với bạn cùng tập để kịp thời định hướng, điều chỉnh động tác của HS  - GV mời đại diện cặp đôi thực hiện động tác trước lớp.  - GV nhận xét, đánh giá, khuyến khích động viên HS.  C:\Users\Admin\Desktop\c.png | \*Cả lớp nhận nhiệm vụ tập luyện.  - HS chủ động luyện tập cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm với nội dung theo sự hướng dẫn của GV.  Đội hình tập luyện cá nhân:          Đội hình tập luyện theo cặp:      Đội hình tập luyện theo nhóm:                C:\Users\Admin\Desktop\a.png  C:\Users\Admin\Desktop\b.png |
| ***Trò chơi vận động “Không để bóng rơi”:***  - Dụng cụ: Bóng, còi.  - Cách thực hiện: Chia người chơi thành nhiều đội có số người bằng nhau, mỗi đội đứng thành vòng tròn, mặt hướng tâm. Khi có hiệu lệnh, người chơi thực hiện động tác chuyển bóng cao tay qua lại cho người cùng đội trong vòng tròn quy định. Đội làm rơi bóng chạm sân trước là đội thua cuộc (H.5). | 3-5’ | - GV tổ chức cho HS chơi Trò chơi vận động “Không để bóng rơi”  - GV phổ biến mục đích, dụng cụ và cách thực hiện  - GV quan sát thái độ, tác phong của HS trong lúc chơi trò chơi.  - GV nhận xét, đánh giá, khuyến khích động viên HS. | - HS chơi trò chơi theo hướng dẫn của GV.  C:\Users\Admin\Desktop\5.png |
| 4. Hoạt động vận dụng:(2-3’) a. Mục tiêu: Củng cố lại kiến thức đã học.  b. Nội dung: GV trình bày vấn đề  c. Sản phẩm học tập: HS vận dụng được kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày | 2-3’ | - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sk hằng ngày | - HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. |
| **5. Hoạt động kết thúc tiết học:(3-4’)** a. Mục tiêu: HS củng cố lại các kiến thức đã học.b. Nội dung: Thực hiện các động tác hồi tĩnh, ôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhàôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhà. c.Sản phẩm:HS thực hiện được các động tác hồi tĩnh, tự giác ôn tập kiến thức kĩ thuật HS tự giác ôn tập kiến thức đã học. | | | |
| - Thả lỏng tay, chân, toàn thân kết hợp với hít thở sâu.  - Giao nhiệm vụ bài tập về nhà: Ôn tập kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình | 3-4’ | - GV cho HS thả lỏng; nhận xét giờ học.  - Ôn lại kiến thức đã học: kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình | - Thực hiện các động tác thả lỏng  - Ôn kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình |

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)**

………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………….

|  |  |
| --- | --- |
| **Tuần: 05** | **Ngày soạn: …./…../2024** |
| **Tiết: 09** | **Ngày dạy: …./…../2024** |

**Chủ đề 2: Kĩ thuật phát bóng**

**Bài 1:**  **Kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình (Tiết 9):**

**I. MỤC TIÊU**

**1. Về kiến thức**

Sau bài học này, HS sẽ thực hiện được:

- Kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình 1 cách thuần thục

- Trò chơi: “ Phát bóng tiếp sức ”

- Biết điều chỉnh, sửa các lỗi sai khi thực hiện kĩ thuật.

**2. Năng lực**

* ***Năng lực chung:***
* Giải quyết được những nhiệm vụ học tập một cách độc lập, theo cặp đôi, theo tổ, theo nhóm.
* Góp phần phát triển năng lực giao tiếp và hợp tác qua hoạt động trao đổi, thực hiện nhiệm vụ học tập với giáo viên.
* ***Năng lực riêng:***
* Biết tự điều chỉnh, sửa lỗi sai về kĩ thuật động tác thông qua nghe, quan sát, tập luyện theo hướng dẫn của giáo viên.

**3. Phẩm chất**

* Nghiêm túc, tích cực, chăm chỉ trong tập luyện, phối hợp với bạn cùng tập để hoàn thành bài tập và trò chơi vận động.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

**1. Đối với giáo viên**

* KHBD, SGK, SGV Giáo dục thể chất 12 (Bóng chuyền).
* Hình ảnh minh họa có liên quan đến bài học
* Sân bóng chuyền, bóng chuyền, rổ đựng bóng, còi, cọc nhựa.
* Còi để điều khiển các hoạt động tập luyện.

**2.** **Đối với học sinh**

- SGK.

- Dụng cụ học tập theo yêu cầu của GV.

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **NỘI DUNG** | **Định lượng** | **PHƯƠNG PHÁP VÀ HÌNH THỨC TỔ CHỨC** | |
| **Hoạt động của GV** | **Hoạt động của HS** |
| 1.Hoạt động mở đầu: (6-8’) a. Mục tiêu: Tạo hứng thú cho HS, từng bước bước vào bài học.  b. Nội dung:  - GV cho HS khởi động chung, khởi động chuyên môn.  c. Sản phẩm học tập: HS khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| ***1.1. Nhận lớp***  Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  + Cán sự lớp báo cáo sĩ số và tình hình của lớp.  - Giáo viên nhận lớp với đội hình 3 hàng ngang.  ***1.2. Khởi động***  - GV cho HS khởi động:  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  *1.2. Khởi động*  - Cự ly giãn cách một sải tay  - GV kết hợp với cán sự lớp hướng dẫn học sinh khởi động kỹ  - GV tổ chức, hướng dẫn và quản lí HS thực hiện các bài tập khởi động.  - GV hướng dẫn HS:  + Khởi động chung.  + Khởi chuyên môn. | 6-8’ | \* Giáo viên chuyển giao nhiệm vụ.  - Khởi động chung: GV tập hợp lớp thành các hàng ngang, giãn cách một sải tay, đứng xen kẽ nhau. GV đếm nhịp và hướng dẫn cho cả lớp thực hiện các động tác khởi động xoay các khớp và căng cơ.  - Khởi chuyên môn: GV tập trung lớp thành các hàng dọc, cho HS lần lượt thực hiện các bài tập di chuyển.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động.  - GV mời cả lớp cùng khởi động chung, khởi động chuyên môn.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động. | \* Học sinh tiếp nhận nhiệm vụ.  - HS cả lớp khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  C:\Users\Admin\AppData\Local\Packages\Microsoft.Windows.Photos_8wekyb3d8bbwe\TempState\ShareServiceTempFolder\1.jpeg  C:\Users\Admin\Desktop\2.png  C:\Users\Admin\Desktop\3.png  C:\Users\Admin\Desktop\4.png |
| **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới: (0’)** | | | |
| **3. Hoạt động luyện tập:(28-30’)**  **a. Mục tiêu:** Thông qua hoạt động, HS củng cố lại kiến thức đã học về kĩ thuật  **b. Nội dung:**  - Bài tập kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình  - Trò chơi: “ Phát bóng tiếp sức ”  **c. Sản phẩm học tập:** HS luyện tập cá nhân, cặp đôi, nhóm kĩ thuật trên lớp và ở nhà.  **d. Tổ chức thực hiện** | | | |
| **Luyện tập kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình:**  ***Bài tập 5: Phát bóng vào nửa cuối sân***  Người tập đứng tại khu vực phát bóng, lần lượt thực hiện phát bóng thấp tay trước mặt; thấp tay nghiêng mình qua lưới vào nửa cuối sân (H.7).  ***Bài tập 6: Phát bóng vào ô quy định:***  Người tập đứng tại khu vực phát bóng, lần lượt thực hiện phát bóng thấp tay trước mặt; thấp tay nghiêng mình qua lưới vào ô quy định (H.8).  ***Bài tập 7: Phối hợp phát và đỡ phát bóng:***  Người tập đứng tại khu vực phát bóng, lần lượt thực hiện kĩ thuật phát bóng thấp tay trước mặt; thấp tay nghiêng mình qua lưới cho bạn cùng tập đỡ bóng ở sân đối diện (H.9).  Các bài tập trên có thể tập luyện cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm. | 23-25’ | \* Giao nhiệm vụ học tập cho cả lớp.  - GV tổ chức cho HS Tập luyện cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm với nhau, nên phân cặp có cùng trình độ (năng lực vận động, chiều cao,...), giới tính (nam tập với nam, nữ tập với nữ) để tránh chấn thương trong luyện tập.  - GV cần lưu ý điều chỉnh khoảng cách giữa hai HS cho phù hợp khi thực hiện các bài tập, khuyến khích HS giúp đỡ nhau sửa các lỗi sai khi cùng luyện tập.  - Sau mỗi lượt thực hiện, GV cần quan sát, lắng nghe những trao đổi, nhận xét của các HS đối với bạn cùng tập để kịp thời định hướng, điều chỉnh động tác của HS  - GV mời đại diện cặp đôi thực hiện động tác trước lớp.  - GV nhận xét, đánh giá, khuyến khích động viên HS.  C:\Users\Admin\Desktop\c.png | \*Cả lớp nhận nhiệm vụ tập luyện.  - HS chủ động luyện tập cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm với nội dung theo sự hướng dẫn của GV.  Đội hình tập luyện cá nhân:          Đội hình tập luyện theo cặp:      Đội hình tập luyện theo nhóm:                C:\Users\Admin\Desktop\a.png  C:\Users\Admin\Desktop\b.png |
| ***Trò chơi vận động “Phát bóng tiếp sức”:***  - Mục đích: Bổ trợ kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình, phát triển sức mạnh.  - Dụng cụ: Bóng, còi, rổ đựng bóng, sân b/ chuyền.  - Cách thực hiện: Chia người chơi thành hai nhóm có số người bằng nhau, xếp thành hàng dọc sau vạch cuối sân. Khi có hiệu lệnh, người đứng đầu hàng của mỗi nhóm nhảy lò cò lên vạch 3 m lấy bóng trong rổ và lò cò quay lại vạch cuối sân thực hiện phát bóng thấp tay nghiêng mình qua lưới. Sau khi phát bóng, người phát chạm tay đồng đội kế tiếp để tiếp tục thực hiện trò chơi và di chuyển về cuối hàng chuẩn bị cho lượt tiếp theo (H.10). Kết thúc thời gian quy định, nhóm phát được nhiều bóng qua lưới vào sân hơn là nhóm thắng cuộc. | 3-5’ | - GV tổ chức cho HS chơi Trò chơi vận động “Phát bóng tiếp sức”  - GV phổ biến mục đích, dụng cụ và cách thực hiện  - GV quan sát thái độ, tác phong của HS trong lúc chơi trò chơi.  - GV nhận xét, đánh giá, khuyến khích động viên HS. | - HS chơi trò chơi theo hướng dẫn của GV.  C:\Users\Admin\Desktop\23.png |
| 4. Hoạt động vận dụng:(2-3’) a. Mục tiêu: Củng cố lại kiến thức đã học.  b. Nội dung: GV trình bày vấn đề  c. Sản phẩm học tập: HS vận dụng được kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày | 2-3’ | - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. | - HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. |
| **5. Hoạt động kết thúc tiết học:(3-4’)** a. Mục tiêu: HS củng cố lại các kiến thức đã học.b. Nội dung: Thực hiện các động tác hồi tĩnh, ôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhàôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhà. c.Sản phẩm:HS thực hiện được các động tác hồi tĩnh, tự giác ôn tập kiến thức kĩ thuật HS tự giác ôn tập kiến thức đã học. | | | |
| - Thả lỏng tay, chân, toàn thân kết hợp với hít thở sâu.  - Giao nhiệm vụ bài tập về nhà: Ôn tập kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình | 3-4’ | - GV cho HS thả lỏng; nhận xét giờ học.  - Ôn lại kiến thức đã học: kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình | - Thực hiện các động tác thả lỏng  - Ôn kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình |

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)**

………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………….

|  |  |
| --- | --- |
| **Tuần: 05** | **Ngày soạn: …./…../2024** |
| **Tiết: 10** | **Ngày dạy: …./…../2024** |

**Chủ đề 2: Kĩ thuật phát bóng**

**Bài 2: Kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình (Tiết 1):**

**I. MỤC TIÊU**

**1. Về kiến thức**

Sau bài học này, HS sẽ:

- Nắm được vai trò, ảnh hưởng của môn Bóng chuyền đối với sức khoẻ và xã hội; Kế hoạch tập luyện môn Bóng chuyền

- Thực hiện được kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình và bài tập:

+ Bài tập 1: Mô phỏng động tác phát bóng cao tay nghiêng mình

+ Bài tập 2: Mô phỏng động tác tiếp xúc bóng

- Biết điều chỉnh, sửa các lỗi sai khi thực hiện kĩ thuật.

**2. Năng lực**

* ***Năng lực chung:***
* Giải quyết được những nhiệm vụ học tập một cách độc lập, theo cặp đôi, theo tổ, theo nhóm.
* Góp phần phát triển năng lực giao tiếp và hợp tác qua hoạt động trao đổi, thực hiện nhiệm vụ học tập với giáo viên.
* ***Năng lực riêng:***
* Biết tự điều chỉnh, sửa lỗi sai về kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình thông qua nghe, quan sát, tập luyện theo hướng dẫn của giáo viên.

**3. Phẩm chất**

* Nghiêm túc, tích cực, chăm chỉ trong tập luyện, phối hợp với bạn cùng tập để hoàn thành bài tập và trò chơi vận động.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

**1. Đối với giáo viên**

* KHBD, SGK, SGV Giáo dục thể chất 12 (Bóng chuyền).
* Hình ảnh minh họa có liên quan đến bài học
* Sân bóng chuyền, bóng chuyền, rổ đựng bóng, còi, cọc nhựa.
* Còi để điều khiển các hoạt động tập luyện.

**2.** **Đối với học sinh**

- SGK.

- Dụng cụ học tập theo yêu cầu của GV.

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **NỘI DUNG** | **Định lượng** | **PHƯƠNG PHÁP VÀ HÌNH THỨC TỔ CHỨC** | |
| **Hoạt động của GV** | **Hoạt động của HS** |
| 1.Hoạt động mở đầu: (6-8’) a. Mục tiêu: Tạo hứng thú cho HS, từng bước bước vào bài học.  b. Nội dung:  - GV cho HS khởi động chung, khởi động chuyên môn.  c. Sản phẩm học tập: HS khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| ***1.1. Nhận lớp***  Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  + Cán sự lớp báo cáo sĩ số và tình hình của lớp.  - Giáo viên nhận lớp với đội hình 3 hàng ngang.  ***1.2. Khởi động***  - GV cho HS khởi động:  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  *1.2. Khởi động*  - Cự ly giãn cách một sải tay  - GV kết hợp với cán sự lớp hướng dẫn học sinh khởi động kỹ  - GV tổ chức, hướng dẫn và quản lí HS thực hiện các bài tập khởi động.  - GV hướng dẫn HS:  + Khởi động chung.  + Khởi chuyên môn. | 6-8’ | \* Giáo viên chuyển giao nhiệm vụ.  - Khởi động chung: GV tập hợp lớp thành các hàng ngang, giãn cách một sải tay, đứng xen kẽ nhau. GV đếm nhịp và hướng dẫn cho cả lớp thực hiện các động tác khởi động xoay các khớp và căng cơ.  - Khởi chuyên môn: GV tập trung lớp thành các hàng dọc, cho HS lần lượt thực hiện các bài tập di chuyển.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động.  - GV mời cả lớp cùng khởi động chung, khởi động chuyên môn.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động. | \* Học sinh tiếp nhận nhiệm vụ.  - HS cả lớp khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  C:\Users\Admin\AppData\Local\Packages\Microsoft.Windows.Photos_8wekyb3d8bbwe\TempState\ShareServiceTempFolder\1.jpeg  C:\Users\Admin\Desktop\2.png  C:\Users\Admin\Desktop\3.png  C:\Users\Admin\Desktop\4.png |
| **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới: (8-10’)**  a. Mục tiêu: Thông qua hoạt động, HS lắng nghe và nắm được kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình.  - Nắm được vai trò, ảnh hưởng của môn Bóng chuyền đối với sức khoẻ và xã hội; Kế hoạch tập luyện môn Bóng chuyền  b. Nội dung: GV giới thiệu, phân tích, thị phạm và lưu ý cho HS thực hiện kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình; vai trò, ảnh hưởng của môn Bóng chuyền đối với sức khoẻ và xã hội; Kế hoạch tập luyện môn Bóng chuyền; HS lắng nghe, quan sát và thực hiện dưới sự hướng dẫn của GV.  c. Sản phẩm học tập: HS luyện tập đồng loạt kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình  d. Tổ chức hoạt động: | | | |
| ***Kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình (H.12):***  - TTCB: Đứng ở tư thế cao, chân trước chân sau, hai chân rộng bằng vai, trọng lượng cơ thể dồn đều trên hai chân, vai trái hướng lưới, tay trái co tự nhiên đỡ bóng ngang thắt lưng, tay phải để co tự nhiên hoặc đặt nhẹ trên bóng (H.12a).  - Thực hiện động tác: Từ TTCB, tay trái nâng bóng lên ngang tầm mắt rồi tung bóng lên cao hơn đầu khoảng 0,8 – 1 m hơi chếch về phía trước mặt. Tay phải vung từ trước xuống dưới – ra sau, vai phải hạ thấp, chân phải hơi khuỵu, trọng lượng cơ thể chuyển về chân phải, mắt nhìn theo bóng (H.12b). Khi bóng rơi đến tầm thích hợp, tay phải nhanh chóng chuyển động theo đường vòng cung từ dưới lên trên, kết hợp với nâng vai hướng ra phía trước dùng bàn tay hoặc nắm tay đánh mạnh vào phần sau dưới bóng để bóng bay ra trước và chếch lên cao. Chân phải đạp duỗi tích cực để tăng thêm lực (H.12c).  - Kết thúc: Sau khi đánh bóng, cánh tay vươn thẳng, thân người hơi ngả ra trước, chân phải theo đà bước lên trước để giữ thăng bằng và di chuyển vào sân (H.12d). | 10-12’ | - GV làm mẫu theo các bước sau:  + Lần 1: Thực hiện toàn bộ kĩ thuật động tác  + Lần 2: Thực hiện lại động tác Kĩ thuật kết hợp mô tả, giải thích, phân tích kĩ thuật.  - GV cho HS thực hiện bài tập thử theo hình ảnh đã ghi nhớ.  - GV chú ý nhấn mạnh các lỗi sai mà HS thường mắc khi thực hiện động tác.  - GV tổ chức cho HS đồng loạt luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV.  - GV theo dõi, hỗ trợ HS nếu cần thiết | - HS lắng nghe, quan sát GV giới thiệu, thị phạm Kĩ thuật.  **C:\Users\Admin\Desktop\2.png**  - HS chú ý lắng nghe, quan sát các lỗi sai thường mắc khi thực hiện động tác.  - HS thực hiện đồng loạt Kĩ thuật dưới sự hướng dẫn của GV  Đội hình tập luyện:  🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 |
| ***- Vai trò, ảnh hưởng của môn Bóng chuyền đối với sức khoẻ và xã hội***  ***- Kế hoạch tập luyện môn Bóng chuyền*** | 4-5’ | - GV hướng dẫn HS đọc và nghiên cứu nội dung “Vai trò, ảnh hưởng của môn Bóng chuyền đối với sức khoẻ và xã hội; Kế hoạch tập luyện môn Bóng chuyền” trong SGK. | - HS đọc, nghiên cứu nội dung “Vai trò, ảnh hưởng của môn Bóng chuyền đối với sức khoẻ và xã hội; Kế hoạch tập luyện môn Bóng chuyền” trong SGK. |
| **3. Hoạt động luyện tập:(18-20’)**  **a. Mục tiêu:** Thông qua hoạt động, HS củng cố lại kiến thức đã học về kĩ thuật  **b. Nội dung:**  - Bài tập kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình:  + Bài tập 1: Mô phỏng động tác phát bóng cao tay nghiêng mình  + Bài tập 2: Mô phỏng động tác tiếp xúc bóng  **c. Sản phẩm học tập:** HS luyện tập cá nhân, cặp đôi, nhóm kĩ thuật trên lớp và ở nhà.  **d. Tổ chức thực hiện** | | | |
| **Luyện tập kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình:**  *Bài tập 1: Mô phỏng động tác phát bóng cao tay nghiêng mình:*  Người tập mô phỏng các giai đoạn của kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình không bóng. Tập luyện cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm.  *Bài tập 2: Mô phỏng động tác tiếp xúc bóng:*  Người tập thực hiện mô phỏng động tác phát bóng cao tay nghiêng mình với bóng treo. Tập luyện cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm. | **18-20’** | \* Giao nhiệm vụ học tập cho cả lớp.  - GV tổ chức cho HS Tập luyện cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm với nhau, nên phân cặp có cùng trình độ (năng lực vận động, chiều cao,...), giới tính (nam tập với nam, nữ tập với nữ) để tránh chấn thương trong luyện tập.  - GV cần lưu ý điều chỉnh khoảng cách giữa hai HS cho phù hợp khi thực hiện các bài tập, khuyến khích HS giúp đỡ nhau sửa các lỗi sai khi cùng luyện tập.  - Sau mỗi lượt thực hiện, GV cần quan sát, lắng nghe những trao đổi, nhận xét của các HS đối với bạn cùng tập để kịp thời định hướng, điều chỉnh động tác của HS  - GV mời đại diện cặp đôi thực hiện động tác trước lớp.  - GV nhận xét, đánh giá, khuyến khích động viên HS. | \*Cả lớp nhận nhiệm vụ tập luyện.  - HS chủ động luyện tập cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm với nội dung theo sự hướng dẫn của GV.  Đội hình tập luyện cá nhân:            Đội hình tập luyện theo cặp:      Đội hình tập luyện theo nhóm:               |
| 4. Hoạt động vận dụng:(2-3’) a. Mục tiêu: Củng cố lại kiến thức đã học.  b. Nội dung: GV trình bày vấn đề  c. Sản phẩm học tập: HS vận dụng được kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày | 2-3’ | - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. | - HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. |
| **5. Hoạt động kết thúc tiết học:(3-4’)** a. Mục tiêu: HS củng cố lại các kiến thức đã học.b. Nội dung: Thực hiện các động tác hồi tĩnh, ôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhàôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhà. c.Sản phẩm:HS thực hiện được các động tác hồi tĩnh, tự giác ôn tập kiến thức kĩ thuật HS tự giác ôn tập kiến thức đã học. | | | |
| - Thả lỏng tay, chân, toàn thân kết hợp với hít thở sâu.  - Giao nhiệm vụ bài tập về nhà: Ôn tập kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình | 3-4’ | - GV cho HS thả lỏng; nhận xét giờ học.  - Ôn lại kiến thức đã học: kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình | - Thực hiện các động tác thả lỏng  - Ôn kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình |

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)**

………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………….

|  |  |
| --- | --- |
| **Tuần: 06** | **Ngày soạn: …./…../2024** |
| **Tiết: 11** | **Ngày dạy: …./…../2024** |

**Chủ đề 2: Kĩ thuật phát bóng**

**Bài 2: Kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình (Tiết 2):**

**I. MỤC TIÊU**

**1. Về kiến thức**

Sau bài học này, HS sẽ thực hiện được:

+ Bài tập 1: Mô phỏng động tác phát bóng cao tay nghiêng mình

+ Bài tập 2: Mô phỏng động tác tiếp xúc bóng

+ Bài tập 3: Phát bóng vào tường

- Trò chơi: “Chuyển bóng tiếp sức”

- Biết điều chỉnh, sửa các lỗi sai khi thực hiện kĩ thuật.

**2. Năng lực**

* ***Năng lực chung:***
* Giải quyết được những nhiệm vụ học tập một cách độc lập, theo cặp đôi, theo tổ, theo nhóm.
* Góp phần phát triển năng lực giao tiếp và hợp tác qua hoạt động trao đổi, thực hiện nhiệm vụ học tập với giáo viên.
* ***Năng lực riêng:***
* Biết tự điều chỉnh, sửa lỗi sai về kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình thông qua nghe, quan sát, tập luyện theo hướng dẫn của giáo viên.

**3. Phẩm chất**

* Nghiêm túc, tích cực, chăm chỉ trong tập luyện, phối hợp với bạn cùng tập để hoàn thành bài tập và trò chơi vận động.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

**1. Đối với giáo viên**

* KHBD, SGK, SGV Giáo dục thể chất 12 (Bóng chuyền).
* Hình ảnh minh họa có liên quan đến bài học
* Sân bóng chuyền, bóng chuyền, rổ đựng bóng, còi, cọc nhựa.
* Còi để điều khiển các hoạt động tập luyện.

**2.** **Đối với học sinh**

- SGK.

- Dụng cụ học tập theo yêu cầu của GV.

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **NỘI DUNG** | **Định lượng** | **PHƯƠNG PHÁP VÀ HÌNH THỨC TỔ CHỨC** | |
| **Hoạt động của GV** | **Hoạt động của HS** |
| 1.Hoạt động mở đầu: (6-8’) a. Mục tiêu: Tạo hứng thú cho HS, từng bước bước vào bài học.  b. Nội dung:  - GV cho HS khởi động chung, khởi động chuyên môn.  c. Sản phẩm học tập: HS khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| ***1.1. Nhận lớp***  Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  + Cán sự lớp báo cáo sĩ số và tình hình của lớp.  - Giáo viên nhận lớp với đội hình 3 hàng ngang.  ***1.2. Khởi động***  - GV cho HS khởi động:  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  *1.2. Khởi động*  - Cự ly giãn cách một sải tay  - GV kết hợp với cán sự lớp hướng dẫn học sinh khởi động kỹ  - GV tổ chức, hướng dẫn và quản lí HS thực hiện các bài tập khởi động.  - GV hướng dẫn HS:  + Khởi động chung.  + Khởi chuyên môn. | 6-8’ | \* Giáo viên chuyển giao nhiệm vụ.  - Khởi động chung: GV tập hợp lớp thành các hàng ngang, giãn cách một sải tay, đứng xen kẽ nhau. GV đếm nhịp và hướng dẫn cho cả lớp thực hiện các động tác khởi động xoay các khớp và căng cơ.  - Khởi chuyên môn: GV tập trung lớp thành các hàng dọc, cho HS lần lượt thực hiện các bài tập di chuyển.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động.  - GV mời cả lớp cùng khởi động chung, khởi động chuyên môn.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động. | \* Học sinh tiếp nhận nhiệm vụ.  - HS cả lớp khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  C:\Users\Admin\AppData\Local\Packages\Microsoft.Windows.Photos_8wekyb3d8bbwe\TempState\ShareServiceTempFolder\1.jpeg  C:\Users\Admin\Desktop\2.png  C:\Users\Admin\Desktop\3.png  C:\Users\Admin\Desktop\4.png |
| **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới: (0’)** | | | |
| **3. Hoạt động luyện tập:(28-30’)**  **a. Mục tiêu:** Thông qua hoạt động, HS củng cố lại kiến thức đã học về kĩ thuật  **b. Nội dung:**  - Bài tập kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình:  + Bài tập 1: Mô phỏng động tác phát bóng cao tay nghiêng mình  + Bài tập 2: Mô phỏng động tác tiếp xúc bóng  + Bài tập 3: Phát bóng vào tường  - Trò chơi: “Chuyển bóng tiếp sức”  **c. Sản phẩm học tập:** HS luyện tập cá nhân, cặp đôi, nhóm kĩ thuật trên lớp và ở nhà.  **d. Tổ chức thực hiện** | | | |
| **Luyện tập kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình:**  *Bài tập 1: Mô phỏng động tác phát bóng cao tay nghiêng mình:*  Người tập mô phỏng các giai đoạn của kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình không bóng.  *Bài tập 2: Mô phỏng động tác tiếp xúc bóng:*  Người tập thực hiện mô phỏng động tác phát bóng cao tay nghiêng mình với bóng treo.  *Bài tập 3: Phát bóng vào tường:*  Người tập đứng cách tường 5 – 6 m, thực hiện kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình vào tường.  Các bài tập trên tập luyện cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm | 23-25’ | \* Giao nhiệm vụ học tập cho cả lớp.  - GV tổ chức cho HS Tập luyện cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm với nhau, nên phân cặp có cùng trình độ (năng lực vận động, chiều cao,...), giới tính (nam tập với nam, nữ tập với nữ) để tránh chấn thương trong luyện tập.  - GV cần lưu ý điều chỉnh khoảng cách giữa hai HS cho phù hợp khi thực hiện các bài tập, khuyến khích HS giúp đỡ nhau sửa các lỗi sai khi cùng luyện tập.  - Sau mỗi lượt thực hiện, GV cần quan sát, lắng nghe những trao đổi, nhận xét của các HS đối với bạn cùng tập để kịp thời định hướng, điều chỉnh động tác của HS  - GV mời đại diện cặp đôi thực hiện động tác trước lớp.  - GV nhận xét, đánh giá, khuyến khích động viên HS. | \*Cả lớp nhận nhiệm vụ tập luyện.  - HS chủ động luyện tập cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm với nội dung theo sự hướng dẫn của GV.  Đội hình tập luyện cá nhân:            Đội hình tập luyện theo cặp:      Đội hình tập luyện theo nhóm:               |
| ***Trò chơi: “Chuyển bóng tiếp sức”:***  - Dụng cụ: Bóng, còi, rổ đựng bóng.  - Cách thực hiện: Chia người chơi thành 2 – 4 nhóm đều nhau, xếp hàng dọc trước vạch quy định. Khi có hiệu lệnh, người đứng đầu hàng lấy bóng trong rổ, chuyển bóng qua đầu cho người phía sau đề lần lượt chuyển bóng cho đến người cuối hàng. Người chơi cuối hàng khi nhận được bóng sẽ cho vào rổ cạnh bên, sau đó nhanh chóng chạy lên đầu hàng lấy bóng trong rổ để tiếp tục chuyển bóng. Nhóm chuyển hết số bóng đặt trong rổ ở đầu hàng vào rổ đặt bóng ở cuối hàng trước là nhóm thắng cuộc (H.11). | 3-5’ | - GV tổ chức cho HS chơi Trò chơi vận động “Chuyển bóng tiếp sức”  - GV phổ biến mục đích, dụng cụ và cách thực hiện  - GV quan sát thái độ, tác phong của HS trong lúc chơi trò chơi.  - GV nhận xét, đánh giá, khuyến khích động viên HS. | - HS chơi trò chơi theo hướng dẫn của GV.  **C:\Users\Admin\Desktop\1.png** |
| 4. Hoạt động vận dụng:(2-3’) a. Mục tiêu: Củng cố lại kiến thức đã học.  b. Nội dung: GV trình bày vấn đề  c. Sản phẩm học tập: HS vận dụng được kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày | 2-3’ | - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. | - HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. |
| **5. Hoạt động kết thúc tiết học:(3-4’)** a. Mục tiêu: HS củng cố lại các kiến thức đã học.b. Nội dung: Thực hiện các động tác hồi tĩnh, ôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhàôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhà. c.Sản phẩm:HS thực hiện được các động tác hồi tĩnh, tự giác ôn tập kiến thức kĩ thuật HS tự giác ôn tập kiến thức đã học. | | | |
| - Thả lỏng tay, chân, toàn thân kết hợp với hít thở sâu.  - Giao nhiệm vụ bài tập về nhà: Ôn tập kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình | 3-4’ | - GV cho HS thả lỏng; nhận xét giờ học.  - Ôn lại kiến thức đã học: kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình | - Thực hiện các động tác thả lỏng  - Ôn kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình |

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)**

**……………………………………………………………………………………………**

**……………………………………………………………………………………………**

**……………………………………………………………………………………………**

|  |  |
| --- | --- |
| **Tuần: 06** | **Ngày soạn: …./…../2024** |
| **Tiết: 12** | **Ngày dạy: …./…../2024** |

**Chủ đề 2: Kĩ thuật phát bóng**

**Bài 2: Kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình (Tiết 3):**

**I. MỤC TIÊU**

**1. Về kiến thức**

Sau bài học này, HS sẽ thực hiện được:

+ Bài tập 2: Mô phỏng động tác tiếp xúc bóng

+ Bài tập 3: Phát bóng vào tường

+ Bài tập 4: Phát bóng tại vị trí cách lưới 3 m, 6 m và cuối sân

- Biết điều chỉnh, sửa các lỗi sai khi thực hiện kĩ thuật.

**2. Năng lực**

* ***Năng lực chung:***
* Giải quyết được những nhiệm vụ học tập một cách độc lập, theo cặp đôi, theo tổ, theo nhóm.
* Góp phần phát triển năng lực giao tiếp và hợp tác qua hoạt động trao đổi, thực hiện nhiệm vụ học tập với giáo viên.
* ***Năng lực riêng:***
* Biết tự điều chỉnh, sửa lỗi sai về kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình thông qua nghe, quan sát, tập luyện theo hướng dẫn của giáo viên.

**3. Phẩm chất**

* Nghiêm túc, tích cực, chăm chỉ trong tập luyện, phối hợp với bạn cùng tập để hoàn thành bài tập và trò chơi vận động.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

**1. Đối với giáo viên**

* KHBD, SGK, SGV Giáo dục thể chất 12 (Bóng chuyền).
* Hình ảnh minh họa có liên quan đến bài học
* Sân bóng chuyền, bóng chuyền, rổ đựng bóng, còi, cọc nhựa.
* Còi để điều khiển các hoạt động tập luyện.

**2.** **Đối với học sinh**

- SGK.

- Dụng cụ học tập theo yêu cầu của GV.

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **NỘI DUNG** | **Định lượng** | **PHƯƠNG PHÁP VÀ HÌNH THỨC TỔ CHỨC** | |
| **Hoạt động của GV** | **Hoạt động của HS** |
| 1.Hoạt động mở đầu: (6-8’) a. Mục tiêu: Tạo hứng thú cho HS, từng bước bước vào bài học.  b. Nội dung:  - GV cho HS khởi động chung, khởi động chuyên môn.  c. Sản phẩm học tập: HS khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| ***1.1. Nhận lớp***  Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  + Cán sự lớp báo cáo sĩ số và tình hình của lớp.  - Giáo viên nhận lớp với đội hình 3 hàng ngang.  ***1.2. Khởi động***  - GV cho HS khởi động:  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  *1.2. Khởi động*  - Cự ly giãn cách một sải tay  - GV kết hợp với cán sự lớp hướng dẫn học sinh khởi động kỹ  - GV tổ chức, hướng dẫn và quản lí HS thực hiện các bài tập khởi động.  - GV hướng dẫn HS:  + Khởi động chung.  + Khởi chuyên môn. | 6-8’ | \* Giáo viên chuyển giao nhiệm vụ.  - Khởi động chung: GV tập hợp lớp thành các hàng ngang, giãn cách một sải tay, đứng xen kẽ nhau. GV đếm nhịp và hướng dẫn cho cả lớp thực hiện các động tác khởi động xoay các khớp và căng cơ.  - Khởi chuyên môn: GV tập trung lớp thành các hàng dọc, cho HS lần lượt thực hiện các bài tập di chuyển.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động.  - GV mời cả lớp cùng khởi động chung, khởi động chuyên môn.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động. | \* Học sinh tiếp nhận nhiệm vụ.  - HS cả lớp khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  C:\Users\Admin\AppData\Local\Packages\Microsoft.Windows.Photos_8wekyb3d8bbwe\TempState\ShareServiceTempFolder\1.jpeg  C:\Users\Admin\Desktop\2.png  C:\Users\Admin\Desktop\3.png  C:\Users\Admin\Desktop\4.png |
| **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới: (0’)** | | | |
| **3. Hoạt động luyện tập:(28-30’)**  **a. Mục tiêu:** Thông qua hoạt động, HS củng cố lại kiến thức đã học về kĩ thuật  **b. Nội dung:**  - Bài tập kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình:  + Bài tập 2: Mô phỏng động tác tiếp xúc bóng  + Bài tập 3: Phát bóng vào tường  + Bài tập 4: Phát bóng tại vị trí cách lưới 3 m, 6 m và cuối sân  **c. Sản phẩm học tập:** HS luyện tập cá nhân, cặp đôi, nhóm kĩ thuật trên lớp và ở nhà.  **d. Tổ chức thực hiện** | | | |
| **Luyện tập kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình:**  *Bài tập 2: Mô phỏng động tác tiếp xúc bóng:*  Người tập thực hiện mô phỏng động tác phát bóng cao tay nghiêng mình với bóng treo.  *Bài tập 3: Phát bóng vào tường:*  Người tập đứng cách tường 5 – 6 m, thực hiện kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình vào tường.  *Bài tập 4: Phát bóng tại vị trí cách lưới 3 m, 6 m và cuối sân:*  Người tập lần lượt đứng tại vị trí cách lưới 3 m, 6 m và khu vực phát bóng thực hiện kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình qua lưới.  Các bài tập trên tập luyện cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm | 28-30’ | \* Giao nhiệm vụ học tập cho cả lớp.  - GV tổ chức cho HS Tập luyện cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm với nhau, nên phân cặp có cùng trình độ (năng lực vận động, chiều cao,...), giới tính (nam tập với nam, nữ tập với nữ) để tránh chấn thương trong luyện tập.  - GV cần lưu ý điều chỉnh khoảng cách giữa hai HS cho phù hợp khi thực hiện các bài tập, khuyến khích HS giúp đỡ nhau sửa các lỗi sai khi cùng luyện tập.  - Sau mỗi lượt thực hiện, GV cần quan sát, lắng nghe những trao đổi, nhận xét của các HS đối với bạn cùng tập để kịp thời định hướng, điều chỉnh động tác của HS  - GV mời đại diện cặp đôi thực hiện động tác trước lớp.  - GV nhận xét, đánh giá, khuyến khích động viên HS. | \*Cả lớp nhận nhiệm vụ tập luyện.  - HS chủ động luyện tập cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm với nội dung theo sự hướng dẫn của GV.  Đội hình tập luyện cá nhân:            Đội hình tập luyện theo cặp:    - Đội hình tập phát bóng: |
| 4. Hoạt động vận dụng:(2-3’) a. Mục tiêu: Củng cố lại kiến thức đã học.  b. Nội dung: GV trình bày vấn đề  c. Sản phẩm học tập: HS vận dụng được kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày | 2-3’ | - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. | - HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. |
| **5. Hoạt động kết thúc tiết học:(3-4’)** a. Mục tiêu: HS củng cố lại các kiến thức đã học.b. Nội dung: Thực hiện các động tác hồi tĩnh, ôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhàôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhà. c.Sản phẩm:HS thực hiện được các động tác hồi tĩnh, tự giác ôn tập kiến thức kĩ thuật HS tự giác ôn tập kiến thức đã học. | | | |
| - Thả lỏng tay, chân, toàn thân kết hợp với hít thở sâu.  - Giao nhiệm vụ bài tập về nhà: Ôn tập kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình | 3-4’ | - GV cho HS thả lỏng; nhận xét giờ học.  - Ôn lại kiến thức đã học: kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình | - Thực hiện các động tác thả lỏng  - Ôn kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình |

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)**

………………………………………………………………………………………….…

**……………………………………………………………………………………………**

**……………………………………………………………………………………………**

|  |  |
| --- | --- |
| **Tuần: 07** | **Ngày soạn: …./…../2024** |
| **Tiết: 13** | **Ngày dạy: …./…../2024** |

**Chủ đề 2: Kĩ thuật phát bóng**

**Bài 2: Kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình (Tiết 4):**

**I. MỤC TIÊU**

**1. Về kiến thức**

Sau bài học này, HS sẽ thực hiện được:

+ Bài tập 3: Phát bóng vào tường

+ Bài tập 4: Phát bóng tại vị trí cách lưới 3 m, 6 m và cuối sân

+ Bài tập 5: Phát bóng vào nửa cuối sân

- Biết điều chỉnh, sửa các lỗi sai khi thực hiện kĩ thuật.

**2. Năng lực**

* ***Năng lực chung:***
* Giải quyết được những nhiệm vụ học tập một cách độc lập, theo cặp đôi, theo tổ, theo nhóm.
* Góp phần phát triển năng lực giao tiếp và hợp tác qua hoạt động trao đổi, thực hiện nhiệm vụ học tập với giáo viên.
* ***Năng lực riêng:***
* Biết tự điều chỉnh, sửa lỗi sai về kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình thông qua nghe, quan sát, tập luyện theo hướng dẫn của giáo viên.

**3. Phẩm chất**

* Nghiêm túc, tích cực, chăm chỉ trong tập luyện, phối hợp với bạn cùng tập để hoàn thành bài tập và trò chơi vận động.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

**1. Đối với giáo viên**

* KHBD, SGK, SGV Giáo dục thể chất 12 (Bóng chuyền).
* Hình ảnh minh họa có liên quan đến bài học
* Sân bóng chuyền, bóng chuyền, rổ đựng bóng, còi, cọc nhựa.
* Còi để điều khiển các hoạt động tập luyện.

**2.** **Đối với học sinh**

- SGK.

- Dụng cụ học tập theo yêu cầu của GV.

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **NỘI DUNG** | **Định lượng** | **PHƯƠNG PHÁP VÀ HÌNH THỨC TỔ CHỨC** | |
| **Hoạt động của GV** | **Hoạt động của HS** |
| 1.Hoạt động mở đầu: (6-8’) a. Mục tiêu: Tạo hứng thú cho HS, từng bước bước vào bài học.  b. Nội dung:  - GV cho HS khởi động chung, khởi động chuyên môn.  c. Sản phẩm học tập: HS khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| ***1.1. Nhận lớp***  Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  + Cán sự lớp báo cáo sĩ số và tình hình của lớp.  - Giáo viên nhận lớp với đội hình 3 hàng ngang.  ***1.2. Khởi động***  - GV cho HS khởi động:  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  *1.2. Khởi động*  - Cự ly giãn cách một sải tay  - GV kết hợp với cán sự lớp hướng dẫn học sinh khởi động kỹ  - GV tổ chức, hướng dẫn và quản lí HS thực hiện các bài tập khởi động.  - GV hướng dẫn HS:  + Khởi động chung.  + Khởi chuyên môn. | 6-8’ | \* Giáo viên chuyển giao nhiệm vụ.  - Khởi động chung: GV tập hợp lớp thành các hàng ngang, giãn cách một sải tay, đứng xen kẽ nhau. GV đếm nhịp và hướng dẫn cho cả lớp thực hiện các động tác khởi động xoay các khớp và căng cơ.  - Khởi chuyên môn: GV tập trung lớp thành các hàng dọc, cho HS lần lượt thực hiện các bài tập di chuyển.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động.  - GV mời cả lớp cùng khởi động chung, khởi động chuyên môn.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động. | \* Học sinh tiếp nhận nhiệm vụ.  - HS cả lớp khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  C:\Users\Admin\AppData\Local\Packages\Microsoft.Windows.Photos_8wekyb3d8bbwe\TempState\ShareServiceTempFolder\1.jpeg  C:\Users\Admin\Desktop\2.png  C:\Users\Admin\Desktop\3.png  C:\Users\Admin\Desktop\4.png |
| **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới: (0’)** | | | |
| **3. Hoạt động luyện tập:(28-30’)**  **a. Mục tiêu:** Thông qua hoạt động, HS củng cố lại kiến thức đã học về kĩ thuật  **b. Nội dung:**  - Bài tập kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình:  + Bài tập 3: Phát bóng vào tường  + Bài tập 4: Phát bóng tại vị trí cách lưới 3 m, 6 m và cuối sân  + Bài tập 5: Phát bóng vào nửa cuối sân  **c. Sản phẩm học tập:** HS luyện tập cá nhân, cặp đôi, nhóm kĩ thuật trên lớp và ở nhà.  **d. Tổ chức thực hiện** | | | |
| **Luyện tập kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình:**  *Bài tập 3: Phát bóng vào tường:*  Người tập đứng cách tường 5 – 6 m, thực hiện kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình vào tường.  *Bài tập 4: Phát bóng tại vị trí cách lưới 3 m, 6 m và cuối sân:*  Người tập lần lượt đứng tại vị trí cách lưới 3 m, 6 m và khu vực phát bóng thực hiện kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình qua lưới.  *Bài tập 5: Phối hợp phát bóng vào nửa cuối sân:*  Người tập đứng tại khu vực phát bóng, thực hiện lần lượt phát bóng thấp tay trước mặt, thấp tay nghiêng mình, cao tay trước mặt, cao tay nghiêng mình qua lưới vào nửa cuối sân (H.13).  Các bài tập trên tập luyện cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm | 28-30’ | \* Giao nhiệm vụ học tập cho cả lớp.  - GV tổ chức cho HS Tập luyện cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm với nhau, nên phân cặp có cùng trình độ (năng lực vận động, chiều cao,...), giới tính (nam tập với nam, nữ tập với nữ) để tránh chấn thương trong luyện tập.  - GV cần lưu ý điều chỉnh khoảng cách giữa hai HS cho phù hợp khi thực hiện các bài tập, khuyến khích HS giúp đỡ nhau sửa các lỗi sai khi cùng luyện tập.  - Sau mỗi lượt thực hiện, GV cần quan sát, lắng nghe những trao đổi, nhận xét của các HS đối với bạn cùng tập để kịp thời định hướng, điều chỉnh động tác của HS  - GV mời đại diện cặp đôi thực hiện động tác trước lớp.  - GV nhận xét, đánh giá, khuyến khích động viên HS. | \*Cả lớp nhận nhiệm vụ tập luyện.  - HS chủ động luyện tập cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm với nội dung theo sự hướng dẫn của GV.  Đội hình tập luyện cá nhân:            Đội hình tập luyện theo cặp:    - Đội hình tập phát bóng:    **C:\Users\Admin\Desktop\3.png** |
| 4. Hoạt động vận dụng:(2-3’) a. Mục tiêu: Củng cố lại kiến thức đã học.  b. Nội dung: GV trình bày vấn đề  c. Sản phẩm học tập: HS vận dụng được kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày | 2-3’ | - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. | - HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. |
| **5. Hoạt động kết thúc tiết học:(3-4’)** a. Mục tiêu: HS củng cố lại các kiến thức đã học.b. Nội dung: Thực hiện các động tác hồi tĩnh, ôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhàôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhà. c.Sản phẩm:HS thực hiện được các động tác hồi tĩnh, tự giác ôn tập kiến thức kĩ thuật HS tự giác ôn tập kiến thức đã học. | | | |
| - Thả lỏng tay, chân, toàn thân kết hợp với hít thở sâu.  - Giao nhiệm vụ bài tập về nhà: Ôn tập kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình | 3-4’ | - GV cho HS thả lỏng; nhận xét giờ học.  - Ôn lại kiến thức đã học: kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình | - Thực hiện các động tác thả lỏng  - Ôn kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình |

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)**

………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………….

|  |  |
| --- | --- |
| **Tuần: 07** | **Ngày soạn: …./…../2024** |
| **Tiết: 14** | **Ngày dạy: …./…../2024** |

**Chủ đề 2: Kĩ thuật phát bóng**

**Bài 2: Kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình (Tiết 5):**

**I. MỤC TIÊU**

**1. Về kiến thức**

Sau bài học này, HS sẽ thực hiện được:

+ Bài tập 4: Phát bóng tại vị trí cách lưới 3 m, 6 m và cuối sân

+ Bài tập 5: Phát bóng vào nửa cuối sân

+ Bài tập 6: Phát bóng vào ô quy định

- Trò chơi: “Thi phát bóng vào ô”

- Biết điều chỉnh, sửa các lỗi sai khi thực hiện kĩ thuật.

**2. Năng lực**

* ***Năng lực chung:***
* Giải quyết được những nhiệm vụ học tập một cách độc lập, theo cặp đôi, theo tổ, theo nhóm.
* Góp phần phát triển năng lực giao tiếp và hợp tác qua hoạt động trao đổi, thực hiện nhiệm vụ học tập với giáo viên.
* ***Năng lực riêng:***
* Biết tự điều chỉnh, sửa lỗi sai về kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình thông qua nghe, quan sát, tập luyện theo hướng dẫn của giáo viên.

**3. Phẩm chất**

* Nghiêm túc, tích cực, chăm chỉ trong tập luyện, phối hợp với bạn cùng tập để hoàn thành bài tập và trò chơi vận động.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

**1. Đối với giáo viên**

* KHBD, SGK, SGV Giáo dục thể chất 12 (Bóng chuyền).
* Hình ảnh minh họa có liên quan đến bài học
* Sân bóng chuyền, bóng chuyền, rổ đựng bóng, còi, cọc nhựa.
* Còi để điều khiển các hoạt động tập luyện.

**2.** **Đối với học sinh**

- SGK.

- Dụng cụ học tập theo yêu cầu của GV.

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **NỘI DUNG** | **Định lượng** | **PHƯƠNG PHÁP VÀ HÌNH THỨC TỔ CHỨC** | |
| **Hoạt động của GV** | **Hoạt động của HS** |
| 1.Hoạt động mở đầu: (6-8’) a. Mục tiêu: Tạo hứng thú cho HS, từng bước bước vào bài học.  b. Nội dung:  - GV cho HS khởi động chung, khởi động chuyên môn.  c. Sản phẩm học tập: HS khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| ***1.1. Nhận lớp***  Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  + Cán sự lớp báo cáo sĩ số và tình hình của lớp.  - Giáo viên nhận lớp với đội hình 3 hàng ngang.  ***1.2. Khởi động***  - GV cho HS khởi động:  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  *1.2. Khởi động*  - Cự ly giãn cách một sải tay  - GV kết hợp với cán sự lớp hướng dẫn học sinh khởi động kỹ  - GV tổ chức, hướng dẫn và quản lí HS thực hiện các bài tập khởi động.  - GV hướng dẫn HS:  + Khởi động chung.  + Khởi chuyên môn. | 6-8’ | \* Giáo viên chuyển giao nhiệm vụ.  - Khởi động chung: GV tập hợp lớp thành các hàng ngang, giãn cách một sải tay, đứng xen kẽ nhau. GV đếm nhịp và hướng dẫn cho cả lớp thực hiện các động tác khởi động xoay các khớp và căng cơ.  - Khởi chuyên môn: GV tập trung lớp thành các hàng dọc, cho HS lần lượt thực hiện các bài tập di chuyển.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động.  - GV mời cả lớp cùng khởi động chung, khởi động chuyên môn.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động. | \* Học sinh tiếp nhận nhiệm vụ.  - HS cả lớp khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  C:\Users\Admin\AppData\Local\Packages\Microsoft.Windows.Photos_8wekyb3d8bbwe\TempState\ShareServiceTempFolder\1.jpeg  C:\Users\Admin\Desktop\2.png  C:\Users\Admin\Desktop\3.png  C:\Users\Admin\Desktop\4.png |
| **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới: (0’)** | | | |
| **3. Hoạt động luyện tập:(28-30’)**  **a. Mục tiêu:** Thông qua hoạt động, HS củng cố lại kiến thức đã học về kĩ thuật  **b. Nội dung:**  - Bài tập kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình:  + Bài tập 4: Phát bóng tại vị trí cách lưới 3 m, 6 m và cuối sân  + Bài tập 5: Phát bóng vào nửa cuối sân  + Bài tập 6: Phát bóng vào ô quy định  - Trò chơi: “Thi phát bóng vào ô”  **c. Sản phẩm học tập:** HS luyện tập cá nhân, cặp đôi, nhóm kĩ thuật trên lớp và ở nhà.  **d. Tổ chức thực hiện** | | | |
| **Luyện tập kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình:**  *Bài tập 4: Phát bóng tại vị trí cách lưới 3 m, 6 m và cuối sân:*  Người tập lần lượt đứng tại vị trí cách lưới 3 m, 6 m và khu vực phát bóng thực hiện kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình qua lưới.  *Bài tập 5: Phối hợp phát bóng vào nửa cuối sân:*  Người tập đứng tại khu vực phát bóng, thực hiện lần lượt phát bóng thấp tay trước mặt, thấp tay nghiêng mình, cao tay trước mặt, cao tay nghiêng mình qua lưới vào nửa cuối sân (H.13).  *Bài tập 6: Phối hợp phát bóng vào ô quy định:*  Người tập đứng tại khu vực phát bóng, lần lượt thực hiện phát bóng thấp tay trước mặt, thấp tay nghiêng mình, cao tay trước mặt, cao tay nghiêng mình qua lưới vào ô quy định.  Các bài tập trên tập luyện cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm | 23-25’ | \* Giao nhiệm vụ học tập cho cả lớp.  - GV tổ chức cho HS Tập luyện cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm với nhau, nên phân cặp có cùng trình độ (năng lực vận động, chiều cao,...), giới tính (nam tập với nam, nữ tập với nữ) để tránh chấn thương trong luyện tập.  - GV cần lưu ý điều chỉnh khoảng cách giữa hai HS cho phù hợp khi thực hiện các bài tập, khuyến khích HS giúp đỡ nhau sửa các lỗi sai khi cùng luyện tập.  - Sau mỗi lượt thực hiện, GV cần quan sát, lắng nghe những trao đổi, nhận xét của các HS đối với bạn cùng tập để kịp thời định hướng, điều chỉnh động tác của HS  - GV mời đại diện cặp đôi thực hiện động tác trước lớp.  - GV nhận xét, đánh giá, khuyến khích động viên HS. | \*Cả lớp nhận nhiệm vụ tập luyện.  - HS chủ động luyện tập cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm với nội dung theo sự hướng dẫn của GV.  Đội hình tập luyện cá nhân:            Đội hình tập luyện theo cặp:    - Đội hình tập phát bóng:    **C:\Users\Admin\Desktop\3.png** |
| ***Trò chơi: “Thi phát bóng vào ô”:***  - Mục đích: Bổ trợ kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình.  - Dụng cụ: Bóng, còi, rổ đựng bóng.  - Cách thực hiện: Chia người chơi thành hai nhóm có số người bằng nhau, xếp thành hai hàng dọc sau vạch cuối sân. Khi có hiệu lệnh, người đứng đầu hàng mỗi nhóm lấy bóng tại rổ, thực hiện phát bóng cao tay nghiêng mình qua lưới và vào ô quy định ở sân đối diện. Sau khi phát bóng, người phát di chuyển về cuối hàng, người kế tiếp sẽ thực hiện phát bóng (H.14). Kết thúc thời gian quy định, nhóm phát được quả bóng qua lưới và vào ô quy định nhiều hơn là nhóm thắng cuộc. | 3-5’ | - GV tổ chức cho HS chơi Trò chơi vận động “Thi phát bóng vào ô”  - GV phổ biến mục đích, dụng cụ và cách thực hiện  - GV quan sát thái độ, tác phong của HS trong lúc chơi trò chơi.  - GV nhận xét, đánh giá, khuyến khích động viên HS. | - HS chơi trò chơi theo hướng dẫn của GV.  **C:\Users\Admin\Desktop\4.png** |
| 4. Hoạt động vận dụng:(2-3’) a. Mục tiêu: Củng cố lại kiến thức đã học.  b. Nội dung: GV trình bày vấn đề  c. Sản phẩm học tập: HS vận dụng được kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày | 2-3’ | - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. | - HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. |
| **5. Hoạt động kết thúc tiết học:(3-4’)** a. Mục tiêu: HS củng cố lại các kiến thức đã học.b. Nội dung: Thực hiện các động tác hồi tĩnh, ôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhàôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhà. c.Sản phẩm:HS thực hiện được các động tác hồi tĩnh, tự giác ôn tập kiến thức kĩ thuật HS tự giác ôn tập kiến thức đã học. | | | |
| - Thả lỏng tay, chân, toàn thân kết hợp với hít thở sâu.  - Giao nhiệm vụ bài tập về nhà: Ôn tập kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình | 3-4’ | - GV cho HS thả lỏng; nhận xét giờ học.  - Ôn lại kiến thức đã học: kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình | - Thực hiện các động tác thả lỏng  - Ôn kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình |

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)**

………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………….

|  |  |
| --- | --- |
| **Tuần: 08** | **Ngày soạn: …./…../2024** |
| **Tiết: 15** | **Ngày dạy: …./…../2024** |

**Chủ đề 2: Kĩ thuật phát bóng**

**Bài 2: Kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình (Tiết 6):**

**I. MỤC TIÊU**

**1. Về kiến thức**

Sau bài học này, HS sẽ thực hiện được:

+ Bài tập 5: Phát bóng vào nửa cuối sân

+ Bài tập 6: Phát bóng vào ô quy định

+ Bài tập 7: Phối hợp phát và đỡ phát bóng

- Biết điều chỉnh, sửa các lỗi sai khi thực hiện kĩ thuật.

**2. Năng lực**

* ***Năng lực chung:***
* Giải quyết được những nhiệm vụ học tập một cách độc lập, theo cặp đôi, theo tổ, theo nhóm.
* Góp phần phát triển năng lực giao tiếp và hợp tác qua hoạt động trao đổi, thực hiện nhiệm vụ học tập với giáo viên.
* ***Năng lực riêng:***
* Biết tự điều chỉnh, sửa lỗi sai về kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình thông qua nghe, quan sát, tập luyện theo hướng dẫn của giáo viên.

**3. Phẩm chất**

* Nghiêm túc, tích cực, chăm chỉ trong tập luyện, phối hợp với bạn cùng tập để hoàn thành bài tập và trò chơi vận động.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

**1. Đối với giáo viên**

* KHBD, SGK, SGV Giáo dục thể chất 12 (Bóng chuyền).
* Hình ảnh minh họa có liên quan đến bài học
* Sân bóng chuyền, bóng chuyền, rổ đựng bóng, còi, cọc nhựa.
* Còi để điều khiển các hoạt động tập luyện.

**2.** **Đối với học sinh**

- SGK.

- Dụng cụ học tập theo yêu cầu của GV.

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **NỘI DUNG** | **Định lượng** | **PHƯƠNG PHÁP VÀ HÌNH THỨC TỔ CHỨC** | |
| **Hoạt động của GV** | **Hoạt động của HS** |
| 1.Hoạt động mở đầu: (6-8’) a. Mục tiêu: Tạo hứng thú cho HS, từng bước bước vào bài học.  b. Nội dung:  - GV cho HS khởi động chung, khởi động chuyên môn.  c. Sản phẩm học tập: HS khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| ***1.1. Nhận lớp***  Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  + Cán sự lớp báo cáo sĩ số và tình hình của lớp.  - Giáo viên nhận lớp với đội hình 3 hàng ngang.  ***1.2. Khởi động***  - GV cho HS khởi động:  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  *1.2. Khởi động*  - Cự ly giãn cách một sải tay  - GV kết hợp với cán sự lớp hướng dẫn học sinh khởi động kỹ  - GV tổ chức, hướng dẫn và quản lí HS thực hiện các bài tập khởi động.  - GV hướng dẫn HS:  + Khởi động chung.  + Khởi chuyên môn. | 6-8’ | \* Giáo viên chuyển giao nhiệm vụ.  - Khởi động chung: GV tập hợp lớp thành các hàng ngang, giãn cách một sải tay, đứng xen kẽ nhau. GV đếm nhịp và hướng dẫn cho cả lớp thực hiện các động tác khởi động xoay các khớp và căng cơ.  - Khởi chuyên môn: GV tập trung lớp thành các hàng dọc, cho HS lần lượt thực hiện các bài tập di chuyển.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động.  - GV mời cả lớp cùng khởi động chung, khởi động chuyên môn.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động. | \* Học sinh tiếp nhận nhiệm vụ.  - HS cả lớp khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  C:\Users\Admin\AppData\Local\Packages\Microsoft.Windows.Photos_8wekyb3d8bbwe\TempState\ShareServiceTempFolder\1.jpeg  C:\Users\Admin\Desktop\2.png  C:\Users\Admin\Desktop\3.png  C:\Users\Admin\Desktop\4.png |
| **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới: (0’)** | | | |
| **3. Hoạt động luyện tập:(28-30’)**  **a. Mục tiêu:** Thông qua hoạt động, HS củng cố lại kiến thức đã học về kĩ thuật  **b. Nội dung:**  - Bài tập kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình:  + Bài tập 5: Phát bóng vào nửa cuối sân  + Bài tập 6: Phát bóng vào ô quy định  + Bài tập 7: Phối hợp phát và đỡ phát bóng  **c. Sản phẩm học tập:** HS luyện tập cá nhân, cặp đôi, nhóm kĩ thuật trên lớp và ở nhà.  **d. Tổ chức thực hiện** | | | |
| **Luyện tập kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình:**  *Bài tập 5: Phối hợp phát bóng vào nửa cuối sân:*  Người tập đứng tại khu vực phát bóng, thực hiện lần lượt phát bóng thấp tay trước mặt, thấp tay nghiêng mình, cao tay trước mặt, cao tay nghiêng mình qua lưới vào nửa cuối sân (H.13).  *Bài tập 6: Phối hợp phát bóng vào ô quy định:*  Người tập đứng tại khu vực phát bóng, lần lượt thực hiện phát bóng thấp tay trước mặt, thấp tay nghiêng mình, cao tay trước mặt, cao tay nghiêng mình qua lưới vào ô quy định.  *Bài tập 7: Phối hợp phát và đỡ phát bóng:*  Người tập đứng tại khu vực phát bóng, lần lượt thực hiện kĩ thuật phát bóng thấp tay trước mặt, thấp tay nghiêng mình, cao tay trước mặt, cao tay nghiêng mình qua lưới cho bạn cùng tập đó bóng ở sân đối diện.  Các bài tập trên tập luyện cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm | 28-30’ | \* Giao nhiệm vụ học tập cho cả lớp.  - GV tổ chức cho HS Tập luyện cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm với nhau, nên phân cặp có cùng trình độ (năng lực vận động, chiều cao,...), giới tính (nam tập với nam, nữ tập với nữ) để tránh chấn thương trong luyện tập.  - GV cần lưu ý điều chỉnh khoảng cách giữa hai HS cho phù hợp khi thực hiện các bài tập, khuyến khích HS giúp đỡ nhau sửa các lỗi sai khi cùng luyện tập.  - Sau mỗi lượt thực hiện, GV cần quan sát, lắng nghe những trao đổi, nhận xét của các HS đối với bạn cùng tập để kịp thời định hướng, điều chỉnh động tác của HS  - GV mời đại diện cặp đôi thực hiện động tác trước lớp.  - GV nhận xét, đánh giá, khuyến khích động viên HS. | \*Cả lớp nhận nhiệm vụ tập luyện.  - HS chủ động luyện tập cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm với nội dung theo sự hướng dẫn của GV.  Đội hình tập luyện cá nhân:            Đội hình tập luyện theo cặp:    - Đội hình tập phát bóng:    **C:\Users\Admin\Desktop\3.png** |
| 4. Hoạt động vận dụng:(2-3’) a. Mục tiêu: Củng cố lại kiến thức đã học.  b. Nội dung: GV trình bày vấn đề  c. Sản phẩm học tập: HS vận dụng được kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày | 2-3’ | - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. | - HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. |
| **5. Hoạt động kết thúc tiết học:(3-4’)** a. Mục tiêu: HS củng cố lại các kiến thức đã học.b. Nội dung: Thực hiện các động tác hồi tĩnh, ôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhàôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhà. c.Sản phẩm:HS thực hiện được các động tác hồi tĩnh, tự giác ôn tập kiến thức kĩ thuật HS tự giác ôn tập kiến thức đã học. | | | |
| - Thả lỏng tay, chân, toàn thân kết hợp với hít thở sâu.  - Giao nhiệm vụ bài tập về nhà: Ôn tập kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình | 3-4’ | - GV cho HS thả lỏng; nhận xét giờ học.  - Ôn lại kiến thức đã học: kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình | - Thực hiện các động tác thả lỏng  - Ôn kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình |

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)**

………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………….

|  |  |
| --- | --- |
| **Tuần: 08** | **Ngày soạn: …./…../2024** |
| **Tiết: 16** | **Ngày dạy: …./…../2024** |

**Chủ đề 2: Kĩ thuật phát bóng**

**Bài 2: Kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình (Tiết 7):**

- Ôn: + Bài tập 5: Phát bóng vào nửa cuối sân

+ Bài tập 6: Phát bóng vào ô quy định

+ Bài tập 7: Phối hợp phát và đỡ phát bóng

**I. MỤC TIÊU**

**1. Về kiến thức**

Sau bài học này, HS sẽ thực hiện được:

+ Bài tập 5: Phát bóng vào nửa cuối sân

+ Bài tập 6: Phát bóng vào ô quy định

+ Bài tập 7: Phối hợp phát và đỡ phát bóng

- Biết điều chỉnh, sửa các lỗi sai khi thực hiện kĩ thuật.

**2. Năng lực**

* ***Năng lực chung:***
* Giải quyết được những nhiệm vụ học tập một cách độc lập, theo cặp đôi, theo tổ, theo nhóm.
* Góp phần phát triển năng lực giao tiếp và hợp tác qua hoạt động trao đổi, thực hiện nhiệm vụ học tập với giáo viên.
* ***Năng lực riêng:***
* Biết tự điều chỉnh, sửa lỗi sai về kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình thông qua nghe, quan sát, tập luyện theo hướng dẫn của giáo viên.

**3. Phẩm chất**

* Nghiêm túc, tích cực, chăm chỉ trong tập luyện, phối hợp với bạn cùng tập để hoàn thành bài tập và trò chơi vận động.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

**1. Đối với giáo viên**

* KHBD, SGK, SGV Giáo dục thể chất 12 (Bóng chuyền).
* Hình ảnh minh họa có liên quan đến bài học
* Sân bóng chuyền, bóng chuyền, rổ đựng bóng, còi, cọc nhựa.
* Còi để điều khiển các hoạt động tập luyện.

**2.** **Đối với học sinh**

- SGK.

- Dụng cụ học tập theo yêu cầu của GV.

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **NỘI DUNG** | **Định lượng** | **PHƯƠNG PHÁP VÀ HÌNH THỨC TỔ CHỨC** | |
| **Hoạt động của GV** | **Hoạt động của HS** |
| 1.Hoạt động mở đầu: (6-8’) a. Mục tiêu: Tạo hứng thú cho HS, từng bước bước vào bài học.  b. Nội dung:  - GV cho HS khởi động chung, khởi động chuyên môn.  c. Sản phẩm học tập: HS khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| ***1.1. Nhận lớp***  Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  + Cán sự lớp báo cáo sĩ số và tình hình của lớp.  - Giáo viên nhận lớp với đội hình 3 hàng ngang.  ***1.2. Khởi động***  - GV cho HS khởi động:  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  *1.2. Khởi động*  - Cự ly giãn cách một sải tay  - GV kết hợp với cán sự lớp hướng dẫn học sinh khởi động kỹ  - GV tổ chức, hướng dẫn và quản lí HS thực hiện các bài tập khởi động.  - GV hướng dẫn HS:  + Khởi động chung.  + Khởi chuyên môn. | 6-8’ | \* Giáo viên chuyển giao nhiệm vụ.  - Khởi động chung: GV tập hợp lớp thành các hàng ngang, giãn cách một sải tay, đứng xen kẽ nhau. GV đếm nhịp và hướng dẫn cho cả lớp thực hiện các động tác khởi động xoay các khớp và căng cơ.  - Khởi chuyên môn: GV tập trung lớp thành các hàng dọc, cho HS lần lượt thực hiện các bài tập di chuyển.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động.  - GV mời cả lớp cùng khởi động chung, khởi động chuyên môn.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động. | \* Học sinh tiếp nhận nhiệm vụ.  - HS cả lớp khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  C:\Users\Admin\AppData\Local\Packages\Microsoft.Windows.Photos_8wekyb3d8bbwe\TempState\ShareServiceTempFolder\1.jpeg  C:\Users\Admin\Desktop\2.png  C:\Users\Admin\Desktop\3.png  C:\Users\Admin\Desktop\4.png |
| **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới: (0’)** | | | |
| **3. Hoạt động luyện tập:(28-30’)**  **a. Mục tiêu:** Thông qua hoạt động, HS củng cố lại kiến thức đã học về kĩ thuật  **b. Nội dung:**  - Bài tập kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình:  + Bài tập 5: Phát bóng vào nửa cuối sân  + Bài tập 6: Phát bóng vào ô quy định  + Bài tập 7: Phối hợp phát và đỡ phát bóng  **c. Sản phẩm học tập:** HS luyện tập cá nhân, cặp đôi, nhóm kĩ thuật trên lớp và ở nhà.  **d. Tổ chức thực hiện** | | | |
| **Luyện tập kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình:**  *Bài tập 5: Phối hợp phát bóng vào nửa cuối sân:*  Người tập đứng tại khu vực phát bóng, thực hiện lần lượt phát bóng thấp tay trước mặt, thấp tay nghiêng mình, cao tay trước mặt, cao tay nghiêng mình qua lưới vào nửa cuối sân (H.13).  *Bài tập 6: Phối hợp phát bóng vào ô quy định:*  Người tập đứng tại khu vực phát bóng, lần lượt thực hiện phát bóng thấp tay trước mặt, thấp tay nghiêng mình, cao tay trước mặt, cao tay nghiêng mình qua lưới vào ô quy định.  *Bài tập 7: Phối hợp phát và đỡ phát bóng:*  Người tập đứng tại khu vực phát bóng, lần lượt thực hiện kĩ thuật phát bóng thấp tay trước mặt, thấp tay nghiêng mình, cao tay trước mặt, cao tay nghiêng mình qua lưới cho bạn cùng tập đó bóng ở sân đối diện.  Các bài tập trên tập luyện cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm | 28-30’ | \* Giao nhiệm vụ học tập cho cả lớp.  - GV tổ chức cho HS Tập luyện cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm với nhau, nên phân cặp có cùng trình độ (năng lực vận động, chiều cao,...), giới tính (nam tập với nam, nữ tập với nữ) để tránh chấn thương trong luyện tập.  - GV cần lưu ý điều chỉnh khoảng cách giữa hai HS cho phù hợp khi thực hiện các bài tập, khuyến khích HS giúp đỡ nhau sửa các lỗi sai khi cùng luyện tập.  - Sau mỗi lượt thực hiện, GV cần quan sát, lắng nghe những trao đổi, nhận xét của các HS đối với bạn cùng tập để kịp thời định hướng, điều chỉnh động tác của HS  - GV mời đại diện cặp đôi thực hiện động tác trước lớp.  - GV nhận xét, đánh giá, khuyến khích động viên HS. | \*Cả lớp nhận nhiệm vụ tập luyện.  - HS chủ động luyện tập cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm với nội dung theo sự hướng dẫn của GV.  Đội hình tập luyện cá nhân:            Đội hình tập luyện theo cặp:    - Đội hình tập phát bóng:    **C:\Users\Admin\Desktop\3.png** |
| 4. Hoạt động vận dụng:(2-3’) a. Mục tiêu: Củng cố lại kiến thức đã học.  b. Nội dung: GV trình bày vấn đề  c. Sản phẩm học tập: HS vận dụng được kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày | 2-3’ | - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. | - HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. |
| **5. Hoạt động kết thúc tiết học:(3-4’)** a. Mục tiêu: HS củng cố lại các kiến thức đã học.b. Nội dung: Thực hiện các động tác hồi tĩnh, ôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhàôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhà. c.Sản phẩm:HS thực hiện được các động tác hồi tĩnh, tự giác ôn tập kiến thức kĩ thuật HS tự giác ôn tập kiến thức đã học. | | | |
| - Thả lỏng tay, chân, toàn thân kết hợp với hít thở sâu.  - Giao nhiệm vụ bài tập về nhà: Ôn tập kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình | 3-4’ | - GV cho HS thả lỏng; nhận xét giờ học.  - Ôn lại kiến thức đã học: kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình | - Thực hiện các động tác thả lỏng  - Ôn kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình |

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)**

………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………….

|  |  |
| --- | --- |
| **Tuần: 09** | **Ngày soạn: …./…../2024** |
| **Tiết: 17** | **Ngày dạy: …./…../2024** |

**Chủ đề 2: Kĩ thuật phát bóng**

**Bài 2: Kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình (Tiết 8):**

**I. MỤC TIÊU**

**1. Về kiến thức**

Sau bài học này, HS sẽ thực hiện được:

- Kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình

- Trò chơi: “Chuyển bóng tiếp sức”

- Biết điều chỉnh, sửa các lỗi sai khi thực hiện kĩ thuật.

**2. Năng lực**

* ***Năng lực chung:***
* Giải quyết được những nhiệm vụ học tập một cách độc lập, theo cặp đôi, theo tổ, theo nhóm.
* Góp phần phát triển năng lực giao tiếp và hợp tác qua hoạt động trao đổi, thực hiện nhiệm vụ học tập với giáo viên.
* ***Năng lực riêng:***
* Biết tự điều chỉnh, sửa lỗi sai về kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình thông qua nghe, quan sát, tập luyện theo hướng dẫn của giáo viên.

**3. Phẩm chất**

* Nghiêm túc, tích cực, chăm chỉ trong tập luyện, phối hợp với bạn cùng tập để hoàn thành bài tập và trò chơi vận động.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

**1. Đối với giáo viên**

* KHBD, SGK, SGV Giáo dục thể chất 12 (Bóng chuyền).
* Hình ảnh minh họa có liên quan đến bài học
* Sân bóng chuyền, bóng chuyền, rổ đựng bóng, còi, cọc nhựa.
* Còi để điều khiển các hoạt động tập luyện.

**2.** **Đối với học sinh**

- SGK.

- Dụng cụ học tập theo yêu cầu của GV.

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **NỘI DUNG** | **Định lượng** | **PHƯƠNG PHÁP VÀ HÌNH THỨC TỔ CHỨC** | |
| **Hoạt động của GV** | **Hoạt động của HS** |
| 1.Hoạt động mở đầu: (6-8’) a. Mục tiêu: Tạo hứng thú cho HS, từng bước bước vào bài học.  b. Nội dung:  - GV cho HS khởi động chung, khởi động chuyên môn.  c. Sản phẩm học tập: HS khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| ***1.1. Nhận lớp***  Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  + Cán sự lớp báo cáo sĩ số và tình hình của lớp.  - Giáo viên nhận lớp với đội hình 3 hàng ngang.  ***1.2. Khởi động***  - GV cho HS khởi động:  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  *1.2. Khởi động*  - Cự ly giãn cách một sải tay  - GV kết hợp với cán sự lớp hướng dẫn học sinh khởi động kỹ  - GV tổ chức, hướng dẫn và quản lí HS thực hiện các bài tập khởi động.  - GV hướng dẫn HS:  + Khởi động chung.  + Khởi chuyên môn. | 6-8’ | \* Giáo viên chuyển giao nhiệm vụ.  - Khởi động chung: GV tập hợp lớp thành các hàng ngang, giãn cách một sải tay, đứng xen kẽ nhau. GV đếm nhịp và hướng dẫn cho cả lớp thực hiện các động tác khởi động xoay các khớp và căng cơ.  - Khởi chuyên môn: GV tập trung lớp thành các hàng dọc, cho HS lần lượt thực hiện các bài tập di chuyển.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động.  - GV mời cả lớp cùng khởi động chung, khởi động chuyên môn.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động. | \* Học sinh tiếp nhận nhiệm vụ.  - HS cả lớp khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  C:\Users\Admin\AppData\Local\Packages\Microsoft.Windows.Photos_8wekyb3d8bbwe\TempState\ShareServiceTempFolder\1.jpeg  C:\Users\Admin\Desktop\2.png  C:\Users\Admin\Desktop\3.png  C:\Users\Admin\Desktop\4.png |
| **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới: (0’)** | | | |
| **3. Hoạt động luyện tập:(28-30’)**  **a. Mục tiêu:** Thông qua hoạt động, HS củng cố lại kiến thức đã học về kĩ thuật  **b. Nội dung:**  - Kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình  - Trò chơi: “Chuyển bóng tiếp sức”  **c. Sản phẩm học tập:** HS luyện tập cá nhân, cặp đôi, nhóm kĩ thuật trên lớp và ở nhà.  **d. Tổ chức thực hiện** | | | |
| **Luyện tập kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình:**  *Bài tập 5: Phối hợp phát bóng vào nửa cuối sân:*  Người tập đứng tại khu vực phát bóng, thực hiện lần lượt phát bóng thấp tay trước mặt, thấp tay nghiêng mình, cao tay trước mặt, cao tay nghiêng mình qua lưới vào nửa cuối sân (H.13).  *Bài tập 6: Phối hợp phát bóng vào ô quy định:*  Người tập đứng tại khu vực phát bóng, lần lượt thực hiện phát bóng thấp tay trước mặt, thấp tay nghiêng mình, cao tay trước mặt, cao tay nghiêng mình qua lưới vào ô quy định.  *Bài tập 7: Phối hợp phát và đỡ phát bóng:*  Người tập đứng tại khu vực phát bóng, lần lượt thực hiện kĩ thuật phát bóng thấp tay trước mặt, thấp tay nghiêng mình, cao tay trước mặt, cao tay nghiêng mình qua lưới cho bạn cùng tập đó bóng ở sân đối diện.  Các bài tập trên tập luyện cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm | 23-25’ | \* Giao nhiệm vụ học tập cho cả lớp.  - GV tổ chức cho HS Tập luyện cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm với nhau, nên phân cặp có cùng trình độ (năng lực vận động, chiều cao,...), giới tính (nam tập với nam, nữ tập với nữ) để tránh chấn thương trong luyện tập.  - GV cần lưu ý điều chỉnh khoảng cách giữa hai HS cho phù hợp khi thực hiện các bài tập, khuyến khích HS giúp đỡ nhau sửa các lỗi sai khi cùng luyện tập.  - Sau mỗi lượt thực hiện, GV cần quan sát, lắng nghe những trao đổi, nhận xét của các HS đối với bạn cùng tập để kịp thời định hướng, điều chỉnh động tác của HS  - GV mời đại diện cặp đôi thực hiện động tác trước lớp.  - GV nhận xét, đánh giá, khuyến khích động viên HS. | \*Cả lớp nhận nhiệm vụ tập luyện.  - HS chủ động luyện tập cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm với nội dung theo sự hướng dẫn của GV.  Đội hình tập luyện cá nhân:            Đội hình tập luyện theo cặp:    - Đội hình tập phát bóng:    **C:\Users\Admin\Desktop\3.png** |
| ***Trò chơi: “Chuyển bóng tiếp sức”:***  - Dụng cụ: Bóng, còi, rổ đựng bóng.  - Cách thực hiện: Chia người chơi thành 2 – 4 nhóm đều nhau, xếp hàng dọc trước vạch quy định. Khi có hiệu lệnh, người đứng đầu hàng lấy bóng trong rổ, chuyển bóng qua đầu cho người phía sau đề lần lượt chuyển bóng cho đến người cuối hàng. Người chơi cuối hàng khi nhận được bóng sẽ cho vào rổ cạnh bên, sau đó nhanh chóng chạy lên đầu hàng lấy bóng trong rổ để tiếp tục chuyển bóng. Nhóm chuyển hết số bóng đặt trong rổ ở đầu hàng vào rổ đặt bóng ở cuối hàng trước là nhóm thắng cuộc (H.11). | 3-5’ | - GV tổ chức cho HS chơi Trò chơi vận động “Chuyển bóng tiếp sức”  - GV phổ biến mục đích, dụng cụ và cách thực hiện  - GV quan sát thái độ, tác phong của HS trong lúc chơi trò chơi.  - GV nhận xét, đánh giá, khuyến khích động viên HS. | - HS chơi trò chơi theo hướng dẫn của GV.  **C:\Users\Admin\Desktop\1.png** |
| 4. Hoạt động vận dụng:(2-3’) a. Mục tiêu: Củng cố lại kiến thức đã học.  b. Nội dung: GV trình bày vấn đề  c. Sản phẩm học tập: HS vận dụng được kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày | 2-3’ | - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. | - HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. |
| **5. Hoạt động kết thúc tiết học:(3-4’)** a. Mục tiêu: HS củng cố lại các kiến thức đã học.b. Nội dung: Thực hiện các động tác hồi tĩnh, ôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhàôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhà. c.Sản phẩm:HS thực hiện được các động tác hồi tĩnh, tự giác ôn tập kiến thức kĩ thuật HS tự giác ôn tập kiến thức đã học. | | | |
| - Thả lỏng tay, chân, toàn thân kết hợp với hít thở sâu.  - Giao nhiệm vụ bài tập về nhà: Ôn tập kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình | 3-4’ | - GV cho HS thả lỏng; nhận xét giờ học.  - Ôn lại kiến thức đã học: kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình | - Thực hiện các động tác thả lỏng  - Ôn kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình |

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)**

………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………….

|  |  |
| --- | --- |
| **Tuần: 09**  **Tiết: 18** | **Ngày soạn: / /2024**  **Ngày dạy: / /2024** |

**Kiểm tra giữa kỳ I:**

**Kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình**

**I. MỤC TIÊU**

**1. Kiến thức:**

Sau bài học này, HS sẽ:

- HS nhận biết và thực hiện được kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình

- Biết điều chỉnh, sửa các lỗi sai kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình

**2. Về năng lực:**

# 2.1. Năng lực chung

# - Năng lực tự chủ và tự học: Giải quyết được những nhiệm vụ học tập một cách độc lập, theo cặp đôi, theo tổ, theo nhóm

# - Năng lực giao tiếp và hợp tác: Góp phần phát triển năng lực giao tiếp và hợp tác qua hoạt động trao đổi, thực hiện nhiệm vụ học tập với giáo viên.

# - Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo: Thông qua các hoạt động luyện tập, trò chơi, thi đấu, vận dụng linh hoạt các phương pháp, phân tích được động tác trong luyện tập, trong cuộc sống; phát hiện và nêu được tình huống có vấn đề để giải quyết phù hợp nhất.

# 2.2. Năng lực đặc thù

# - Năng lực chăm sóc sức khỏe: Hình thành thói quen tập luyện thường xuyên để phát triển nhân cách đức trí, thể mỹ..

- Năng lực vận động cơ bản: Vận dụng để tập luyện thường xuyên, hàng ngày

- Năng lực hoạt động TDTT: Vận dụng được kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình trong tập luyện và thi đấu bóng chuyền

**3. Về phẩm chất:**

- Nghiêm túc, tích cực, chăm chỉ trong tập luyện, phối hợp với bạn cùng tập để hoàn thành bài tập và trò chơi vận động

- Thể hiện sự yêu thích môn học trong học tập và rèn luyện.

# **II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

**1. Đối với giáo viên**

* KHBD, sổ đánh giá HS
* Sân bóng chuyền, bóng chuyền, còi

**2.** **Đối với học sinh**

- Dụng cụ học tập theo yêu cầu của GV.

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | **Định lượng** | **Phương pháp và hình thức tổ chức** | |
| **Hoạt động của GV** | **Hoạt động của HS** |
| 1.Hoạt động mở đầu: (8-10’)a. Mục tiêu: Tạo hứng thú cho HS, từng bước bước vào bài học.b. Nội dung: GV cho HS khởi động chung, khởi động chuyên môn.c. Sản phẩm học tập: HS khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV. d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| ***1.1. Nhận lớp***  Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  + Cán sự lớp báo cáo sĩ số và tình hình của lớp.  - Giáo viên nhận lớp với đội hình 3 hàng ngang.  ***1.2. Khởi động***  - GV cho HS khởi động:  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  *1.2. Khởi động*  - Cự ly giãn cách một sải tay  - GV kết hợp với cán sự lớp hướng dẫn học sinh khởi động kỹ  - GV tổ chức, hướng dẫn và quản lí HS thực hiện các bài tập khởi động.  - GV hướng dẫn HS:  + Khởi động chung.  + Khởi chuyên môn. | 8-10’ | \* Giáo viên chuyển giao nhiệm vụ.  - Khởi động chung: GV tập hợp lớp thành các hàng ngang, giãn cách một sải tay, đứng xen kẽ nhau. GV đếm nhịp và hướng dẫn cho cả lớp thực hiện các động tác khởi động xoay các khớp và căng cơ.  - Khởi chuyên môn: GV tập trung lớp thành các hàng dọc, cho HS lần lượt thực hiện các bài tập di chuyển.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động.  - GV mời cả lớp cùng khởi động chung, khởi động chuyên môn.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động. | \* Học sinh tiếp nhận nhiệm vụ.  - HS cả lớp khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  1  2  3  4 |
| **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới: (không có)** | | | |
| **3. Hoạt động kiểm tra: (28-30’)**  a. Mục tiêu: Học sinh thực hiện cơ bản đúng kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình  b. Nội dung: Kiểm tra kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình.  c. Sản phẩm học tập: Học sinh thực hiện cơ bản đúng kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình  d. Tổ chức hoạt động: | | | |
| \* Kiểm tra kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình:  - Chưa đạt: Chưa thực hiện đúng kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình và chưa đạt thành tích theo yêu cầu của GV  - Đạt: Thực hiện đúng kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình và đạt thành tích theo yêu cầu của GV. Biết linh hoạt vận dụng trong các tình huống cụ thể khi tập luyện và thi đấu. Nghiêm túc, tích cực, tôn trọng và giúp đỡ nhau trong tập luyện và tham gia trò chơi vận động. | 28-30’ | - GV nêu yêu cầu bài kiểm tra cho HS thực hiện, đánh giá xếp loại. | - HS lần lượt lên thực hiện yêu cầu bài kiểm tra |
| 4. Hoạt động vận dụng: (2-3’)a. Mục tiêu: Củng cố lại kiến thức đã học.b. Nội dung: GV trình bày vấn đề. c. Sản phẩm học tập:HS biết vận kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày.  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. | 2-3’ | - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày.  - GV hướng dẫn, hỗ trợ HS (nếu cần thiết). | - HS vận dụng kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. |
| **5. Hoạt động kết thúc tiết học:(4-5’)** a. Mục tiêu: HS củng cố lại các kiến thức đã học, công bố điểmb. Nội dung: Thực hiện các động tác hồi tĩnh, ôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhà. c.Sản phẩm:HS thực hiện được các động tác hồi tĩnh, tự giác ôn tập kiến thức đã học.  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| **-** Thả lỏng tay, chân, toàn thân kết hợp với hít thở sâu.  - Giao nhiệm vụ bài tập về nhà | 4-5’ | - GV cho HS thả lỏng; nhận xét giờ kiểm tra.  - Ôn lại kiến thức đã học | - Thực hiện các động tác thả lỏng  - Ôn tập kiến thức, chuẩn bị cho tiết sau |

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)**

………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………….

|  |  |
| --- | --- |
| **Tuần: 10** | **Ngày soạn: …./…../2024** |
| **Tiết: 19** | **Ngày dạy: …./…../2024** |

**Chủ đề 2: Kĩ thuật phát bóng**

**Bài 2: Kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình (Tiết 9):**

**I. MỤC TIÊU**

**1. Về kiến thức**

Sau bài học này, HS sẽ thực hiện được:

- Kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình

- Trò chơi: “Thi phát bóng vào ô”

- Biết điều chỉnh, sửa các lỗi sai khi thực hiện kĩ thuật.

**2. Năng lực**

* ***Năng lực chung:***
* Giải quyết được những nhiệm vụ học tập một cách độc lập, theo cặp đôi, theo tổ, theo nhóm.
* Góp phần phát triển năng lực giao tiếp và hợp tác qua hoạt động trao đổi, thực hiện nhiệm vụ học tập với giáo viên.
* ***Năng lực riêng:***
* Biết tự điều chỉnh, sửa lỗi sai về kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình thông qua nghe, quan sát, tập luyện theo hướng dẫn của giáo viên.

**3. Phẩm chất**

* Nghiêm túc, tích cực, chăm chỉ trong tập luyện, phối hợp với bạn cùng tập để hoàn thành bài tập và trò chơi vận động.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

**1. Đối với giáo viên**

* KHBD, SGK, SGV Giáo dục thể chất 12 (Bóng chuyền).
* Hình ảnh minh họa có liên quan đến bài học
* Sân bóng chuyền, bóng chuyền, rổ đựng bóng, còi, cọc nhựa.
* Còi để điều khiển các hoạt động tập luyện.

**2.** **Đối với học sinh**

- SGK.

- Dụng cụ học tập theo yêu cầu của GV.

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NỘI DUNG** | | **Định lượng** | **PHƯƠNG PHÁP VÀ HÌNH THỨC TỔ CHỨC** | | | |
| **Hoạt động của GV** | | **Hoạt động của HS** | |
| 1.Hoạt động mở đầu: (6-8’) a. Mục tiêu: Tạo hứng thú cho HS, từng bước bước vào bài học.  b. Nội dung:  - GV cho HS khởi động chung, khởi động chuyên môn.  c. Sản phẩm học tập: HS khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  d. Tổ chức thực hiện: | | | | | | |
| ***1.1. Nhận lớp***  Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  + Cán sự lớp báo cáo sĩ số và tình hình của lớp.  - Giáo viên nhận lớp với đội hình 3 hàng ngang.  ***1.2. Khởi động***  - GV cho HS khởi động:  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  *1.2. Khởi động*  - Cự ly giãn cách một sải tay  - GV kết hợp với cán sự lớp hướng dẫn học sinh khởi động kỹ  - GV tổ chức, hướng dẫn và quản lí HS thực hiện các bài tập khởi động.  - GV hướng dẫn HS:  + Khởi động chung.  + Khởi chuyên môn. | | 6-8’ | \* Giáo viên chuyển giao nhiệm vụ.  - Khởi động chung: GV tập hợp lớp thành các hàng ngang, giãn cách một sải tay, đứng xen kẽ nhau. GV đếm nhịp và hướng dẫn cho cả lớp thực hiện các động tác khởi động xoay các khớp và căng cơ.  - Khởi chuyên môn: GV tập trung lớp thành các hàng dọc, cho HS lần lượt thực hiện các bài tập di chuyển.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động.  - GV mời cả lớp cùng khởi động chung, khởi động chuyên môn.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động. | | \* Học sinh tiếp nhận nhiệm vụ.  - HS cả lớp khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  C:\Users\Admin\AppData\Local\Packages\Microsoft.Windows.Photos_8wekyb3d8bbwe\TempState\ShareServiceTempFolder\1.jpeg  C:\Users\Admin\Desktop\2.png  C:\Users\Admin\Desktop\3.png  C:\Users\Admin\Desktop\4.png | |
| **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới: (0’)** | | | | | | |
| **3. Hoạt động luyện tập:(28-30’)**  **a. Mục tiêu:** Thông qua hoạt động, HS củng cố lại kiến thức đã học về kĩ thuật  **b. Nội dung:**  - Kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình  - Trò chơi: “Thi phát bóng vào ô”  **c. Sản phẩm học tập:** HS luyện tập cá nhân, cặp đôi, nhóm kĩ thuật trên lớp và ở nhà.  **d. Tổ chức thực hiện** | | | | | | |
| **Luyện tập kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình:**  *Bài tập 5: Phối hợp phát bóng vào nửa cuối sân:*  Người tập đứng tại khu vực phát bóng, thực hiện lần lượt phát bóng thấp tay trước mặt, thấp tay nghiêng mình, cao tay trước mặt, cao tay nghiêng mình qua lưới vào nửa cuối sân (H.13).  *Bài tập 6: Phối hợp phát bóng vào ô quy định:*  Người tập đứng tại khu vực phát bóng, lần lượt thực hiện phát bóng thấp tay trước mặt, thấp tay nghiêng mình, cao tay trước mặt, cao tay nghiêng mình qua lưới vào ô quy định.  *Bài tập 7: Phối hợp phát và đỡ phát bóng:*  Người tập đứng tại khu vực phát bóng, lần lượt thực hiện kĩ thuật phát bóng thấp tay trước mặt, thấp tay nghiêng mình, cao tay trước mặt, cao tay nghiêng mình qua lưới cho bạn cùng tập đó bóng ở sân đối diện.  Các bài tập trên tập luyện cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm | | 23-25’ | \* Giao nhiệm vụ học tập cho cả lớp.  - GV tổ chức cho HS Tập luyện cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm với nhau, nên phân cặp có cùng trình độ (năng lực vận động, chiều cao,...), giới tính (nam tập với nam, nữ tập với nữ) để tránh chấn thương trong luyện tập.  - GV cần lưu ý điều chỉnh khoảng cách giữa hai HS cho phù hợp khi thực hiện các bài tập, khuyến khích HS giúp đỡ nhau sửa các lỗi sai khi cùng luyện tập.  - Sau mỗi lượt thực hiện, GV cần quan sát, lắng nghe những trao đổi, nhận xét của các HS đối với bạn cùng tập để kịp thời định hướng, điều chỉnh động tác của HS  - GV mời đại diện cặp đôi thực hiện động tác trước lớp.  - GV nhận xét, đánh giá, khuyến khích động viên HS. | | \*Cả lớp nhận nhiệm vụ tập luyện.  - HS chủ động luyện tập cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm với nội dung theo sự hướng dẫn của GV.  Đội hình tập luyện cá nhân:            Đội hình tập luyện theo cặp:    - Đội hình tập phát bóng:    **C:\Users\Admin\Desktop\3.png** | |
| ***Trò chơi: “Thi phát bóng vào ô”:***  - Mục đích: Bổ trợ kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình.  - Dụng cụ: Bóng, còi, rổ đựng bóng.  - Cách thực hiện: Chia người chơi thành hai nhóm có số người bằng nhau, xếp thành hai hàng dọc sau vạch cuối sân. Khi có hiệu lệnh, người đứng đầu hàng mỗi nhóm lấy bóng tại rổ, thực hiện phát bóng cao tay nghiêng mình qua lưới và vào ô quy định ở sân đối diện. Sau khi phát bóng, người phát di chuyển về cuối hàng, người kế tiếp sẽ thực hiện phát bóng (H.14). Kết thúc thời gian quy định, nhóm phát được quả bóng qua lưới và vào ô quy định nhiều hơn là nhóm thắng cuộc. | | 3-5’ | - GV tổ chức cho HS chơi Trò chơi vận động “Thi phát bóng vào ô”  - GV phổ biến mục đích, dụng cụ và cách thực hiện  - GV quan sát thái độ, tác phong của HS trong lúc chơi trò chơi.  - GV nhận xét, đánh giá, khuyến khích động viên HS. | | - HS chơi trò chơi theo hướng dẫn của GV.  **C:\Users\Admin\Desktop\4.png** | |
| 4. Hoạt động vận dụng:(2-3’) a. Mục tiêu: Củng cố lại kiến thức đã học.  b. Nội dung: GV trình bày vấn đề  c. Sản phẩm học tập: HS vận dụng được kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày  d. Tổ chức thực hiện: | | | | | | |
| - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày | | 2-3’ | - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. | | - HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. | |
| **5. Hoạt động kết thúc tiết học:(3-4’)** a. Mục tiêu: HS củng cố lại các kiến thức đã học.b. Nội dung: Thực hiện các động tác hồi tĩnh, ôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhàôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhà. c.Sản phẩm:HS thực hiện được các động tác hồi tĩnh, tự giác ôn tập kiến thức kĩ thuật HS tự giác ôn tập kiến thức đã học. | | | | | | |
| - Thả lỏng tay, chân, toàn thân kết hợp với hít thở sâu.  - Giao nhiệm vụ bài tập về nhà: Ôn tập kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình | | 3-4’ | - GV cho HS thả lỏng; nhận xét giờ học.  - Ôn lại kiến thức đã học: kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình | | - Thực hiện các động tác thả lỏng  - Ôn kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình | |
| **Tuần: 10** | | | **Ngày soạn: …./…../2024** | |
| **Tiết: 20** | | | **Ngày dạy: …./…../2024** | |

**Chủ đề 2: Kĩ thuật phát bóng**

**Bài 2: Kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình (Tiết 10):**

**I. MỤC TIÊU**

**1. Về kiến thức**

Sau bài học này, HS sẽ thực hiện được:

- Kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình

- Trò chơi: “Chuyển bóng tiếp sức”

- Biết điều chỉnh, sửa các lỗi sai khi thực hiện kĩ thuật.

**2. Năng lực**

* ***Năng lực chung:***
* Giải quyết được những nhiệm vụ học tập một cách độc lập, theo cặp đôi, theo tổ, theo nhóm.
* Góp phần phát triển năng lực giao tiếp và hợp tác qua hoạt động trao đổi, thực hiện nhiệm vụ học tập với giáo viên.
* ***Năng lực riêng:***
* Biết tự điều chỉnh, sửa lỗi sai về kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình thông qua nghe, quan sát, tập luyện theo hướng dẫn của giáo viên.

**3. Phẩm chất**

* Nghiêm túc, tích cực, chăm chỉ trong tập luyện, phối hợp với bạn cùng tập để hoàn thành bài tập và trò chơi vận động.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

**1. Đối với giáo viên**

* KHBD, SGK, SGV Giáo dục thể chất 12 (Bóng chuyền).
* Hình ảnh minh họa có liên quan đến bài học
* Sân bóng chuyền, bóng chuyền, rổ đựng bóng, còi, cọc nhựa.
* Còi để điều khiển các hoạt động tập luyện.

**2.** **Đối với học sinh**

- SGK.

- Dụng cụ học tập theo yêu cầu của GV.

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **NỘI DUNG** | **Định lượng** | **PHƯƠNG PHÁP VÀ HÌNH THỨC TỔ CHỨC** | |
| **Hoạt động của GV** | **Hoạt động của HS** |
| 1.Hoạt động mở đầu: (6-8’) a. Mục tiêu: Tạo hứng thú cho HS, từng bước bước vào bài học.  b. Nội dung:  - GV cho HS khởi động chung, khởi động chuyên môn.  c. Sản phẩm học tập: HS khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| ***1.1. Nhận lớp***  Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  + Cán sự lớp báo cáo sĩ số và tình hình của lớp.  - Giáo viên nhận lớp với đội hình 3 hàng ngang.  ***1.2. Khởi động***  - GV cho HS khởi động:  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  *1.2. Khởi động*  - Cự ly giãn cách một sải tay  - GV kết hợp với cán sự lớp hướng dẫn học sinh khởi động kỹ  - GV tổ chức, hướng dẫn và quản lí HS thực hiện các bài tập khởi động.  - GV hướng dẫn HS:  + Khởi động chung.  + Khởi chuyên môn. | 6-8’ | \* Giáo viên chuyển giao nhiệm vụ.  - Khởi động chung: GV tập hợp lớp thành các hàng ngang, giãn cách một sải tay, đứng xen kẽ nhau. GV đếm nhịp và hướng dẫn cho cả lớp thực hiện các động tác khởi động xoay các khớp và căng cơ.  - Khởi chuyên môn: GV tập trung lớp thành các hàng dọc, cho HS lần lượt thực hiện các bài tập di chuyển.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động.  - GV mời cả lớp cùng khởi động chung, khởi động chuyên môn.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động. | \* Học sinh tiếp nhận nhiệm vụ.  - HS cả lớp khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  C:\Users\Admin\AppData\Local\Packages\Microsoft.Windows.Photos_8wekyb3d8bbwe\TempState\ShareServiceTempFolder\1.jpeg  C:\Users\Admin\Desktop\2.png  C:\Users\Admin\Desktop\3.png  C:\Users\Admin\Desktop\4.png |
| **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới: (0’)** | | | |
| **3. Hoạt động luyện tập:(28-30’)**  **a. Mục tiêu:** Thông qua hoạt động, HS củng cố lại kiến thức đã học về kĩ thuật  **b. Nội dung:**  - Kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình  - Trò chơi: “Chuyển bóng tiếp sức”  **c. Sản phẩm học tập:** HS luyện tập cá nhân, cặp đôi, nhóm kĩ thuật trên lớp và ở nhà.  **d. Tổ chức thực hiện** | | | |
| **Luyện tập kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình:**  *Bài tập 5: Phối hợp phát bóng vào nửa cuối sân:*  Người tập đứng tại khu vực phát bóng, thực hiện lần lượt phát bóng thấp tay trước mặt, thấp tay nghiêng mình, cao tay trước mặt, cao tay nghiêng mình qua lưới vào nửa cuối sân (H.13).  *Bài tập 6: Phối hợp phát bóng vào ô quy định:*  Người tập đứng tại khu vực phát bóng, lần lượt thực hiện phát bóng thấp tay trước mặt, thấp tay nghiêng mình, cao tay trước mặt, cao tay nghiêng mình qua lưới vào ô quy định.  *Bài tập 7: Phối hợp phát và đỡ phát bóng:*  Người tập đứng tại khu vực phát bóng, lần lượt thực hiện kĩ thuật phát bóng thấp tay trước mặt, thấp tay nghiêng mình, cao tay trước mặt, cao tay nghiêng mình qua lưới cho bạn cùng tập đó bóng ở sân đối diện.  Các bài tập trên tập luyện cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm | 23-25’ | \* Giao nhiệm vụ học tập cho cả lớp.  - GV tổ chức cho HS Tập luyện cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm với nhau, nên phân cặp có cùng trình độ (năng lực vận động, chiều cao,...), giới tính (nam tập với nam, nữ tập với nữ) để tránh chấn thương trong luyện tập.  - GV cần lưu ý điều chỉnh khoảng cách giữa hai HS cho phù hợp khi thực hiện các bài tập, khuyến khích HS giúp đỡ nhau sửa các lỗi sai khi cùng luyện tập.  - Sau mỗi lượt thực hiện, GV cần quan sát, lắng nghe những trao đổi, nhận xét của các HS đối với bạn cùng tập để kịp thời định hướng, điều chỉnh động tác của HS  - GV mời đại diện cặp đôi thực hiện động tác trước lớp.  - GV nhận xét, đánh giá, khuyến khích động viên HS. | \*Cả lớp nhận nhiệm vụ tập luyện.  - HS chủ động luyện tập cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm với nội dung theo sự hướng dẫn của GV.  Đội hình tập luyện cá nhân:            Đội hình tập luyện theo cặp:    - Đội hình tập phát bóng:    **C:\Users\Admin\Desktop\3.png** |
| ***Trò chơi: “Chuyển bóng tiếp sức”:***  - Dụng cụ: Bóng, còi, rổ đựng bóng.  - Cách thực hiện: Chia người chơi thành 2 – 4 nhóm đều nhau, xếp hàng dọc trước vạch quy định. Khi có hiệu lệnh, người đứng đầu hàng lấy bóng trong rổ, chuyển bóng qua đầu cho người phía sau đề lần lượt chuyển bóng cho đến người cuối hàng. Người chơi cuối hàng khi nhận được bóng sẽ cho vào rổ cạnh bên, sau đó nhanh chóng chạy lên đầu hàng lấy bóng trong rổ để tiếp tục chuyển bóng. Nhóm chuyển hết số bóng đặt trong rổ ở đầu hàng vào rổ đặt bóng ở cuối hàng trước là nhóm thắng cuộc (H.11). | 3-5’ | - GV tổ chức cho HS chơi Trò chơi vận động “Chuyển bóng tiếp sức”  - GV phổ biến mục đích, dụng cụ và cách thực hiện  - GV quan sát thái độ, tác phong của HS trong lúc chơi trò chơi.  - GV nhận xét, đánh giá, khuyến khích động viên HS. | - HS chơi trò chơi theo hướng dẫn của GV.  **C:\Users\Admin\Desktop\1.png** |
| 4. Hoạt động vận dụng:(2-3’) a. Mục tiêu: Củng cố lại kiến thức đã học.  b. Nội dung: GV trình bày vấn đề  c. Sản phẩm học tập: HS vận dụng được kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày | 2-3’ | - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. | - HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. |
| **5. Hoạt động kết thúc tiết học:(3-4’)** a. Mục tiêu: HS củng cố lại các kiến thức đã học.b. Nội dung: Thực hiện các động tác hồi tĩnh, ôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhàôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhà. c.Sản phẩm:HS thực hiện được các động tác hồi tĩnh, tự giác ôn tập kiến thức kĩ thuật HS tự giác ôn tập kiến thức đã học. | | | |
| - Thả lỏng tay, chân, toàn thân kết hợp với hít thở sâu.  - Giao nhiệm vụ bài tập về nhà: Ôn tập kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình | 3-4’ | - GV cho HS thả lỏng; nhận xét giờ học.  - Ôn lại kiến thức đã học: kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình | - Thực hiện các động tác thả lỏng  - Ôn kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình |

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)**

………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………….

|  |  |
| --- | --- |
| **Tuần: 11** | **Ngày soạn: …./…../2024** |
| **Tiết: 21** | **Ngày dạy: …./…../2024** |

**Chủ đề 3: Phối hợp kĩ thuật**

**Bài 1: Phối hợp di chuyền chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt**

**(Tiết 1)**

**I. MỤC TIÊU**

# 1. Kiến thức:

Sau bài học này, HS sẽ:

- Nắm được một số điều luật thi đấu và phương pháp trọng tài môn Bóng chuyền

- Thực hiện được:

+ Bài tập 1: Mô phỏng động tác di chuyển chuyền bóng thấp tay

+ Bài tập 2: Phối hợp di chuyển chuyển bóng vào tường

- Biết điều chỉnh, sửa các lỗi sai phối hợp di chuyền chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt trong môn bóng chuyền

**2. Về năng lực:**

# 2.1. Năng lực chung

# - Năng lực tự chủ và tự học: Giải quyết được những nhiệm vụ học tập một cách độc lập, theo cặp đôi, theo tổ, theo nhóm

# - Năng lực giao tiếp và hợp tác: Góp phần phát triển năng lực giao tiếp và hợp tác qua hoạt động trao đổi, thực hiện nhiệm vụ học tập với giáo viên.

# - Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo: Thông qua các hoạt động luyện tập, trò chơi, thi đấu, vận dụng linh hoạt các phương pháp, phân tích được động tác trong luyện tập, trong cuộc sống; phát hiện và nêu được tình huống có vấn đề để giải quyết phù hợp nhất.

# 2.2. Năng lực đặc thù

# - Năng lực chăm sóc sức khỏe: Hình thành thói quen tập luyện thường xuyên để phát triển nhân cách đức trí, thể mỹ.

- Năng lực vận động cơ bản: Thực hiện được phối hợp di chuyền chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt trong môn bóng chuyền.

- Năng lực hoạt động TDTT: Biết phối hợp với đồng đội trong quá trình tập luyện và thi đấu TDTT.

**3. Về phẩm chất:**

- Nghiêm túc, tích cực, chăm chỉ trong tập luyện, phối hợp với bạn cùng tập để hoàn thành bài tập và trò chơi vận động

- Thể hiện sự yêu thích môn học trong học tập và rèn luyện.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

**1. Đối với giáo viên**

* Giáo án, SGK, SGV Giáo dục thể chất 12 (Bóng chuyền).
* Hình ảnh minh họa có liên quan đến bài học
* Sân bóng chuyền, bóng chuyền, rổ đựng bóng, còi, cọc nhựa.
* Còi để điều khiển các hoạt động tập luyện.

**2. Đối với học sinh**

* SGK Giáo dục thể chất 12 (Bóng chuyền).
* Đồng phục thể dục, giày tập đúng quy định.

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **NỘI DUNG** | **Định lượng** | **PHƯƠNG PHÁP VÀ HÌNH THỨC TỔ CHỨC** | |
| **Hoạt động của GV** | **Hoạt động của HS** |
| 1. Hoạt động mở đầu: (6-8’) a. Mục tiêu: Tạo hứng thú cho HS, từng bước bước vào bài học.  b. Nội dung:  - GV cho HS khởi động chung, khởi động chuyên môn.  c. Sản phẩm học tập: HS khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| ***1.1. Nhận lớp***  Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  + Cán sự lớp báo cáo sĩ số và tình hình của lớp.  - Giáo viên nhận lớp với đội hình 3 hàng ngang.  ***1.2. Khởi động***  - GV cho HS khởi động:  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  *1.2. Khởi động*  - Cự ly giãn cách một sải tay  - GV kết hợp với cán sự lớp hướng dẫn học sinh khởi động kỹ  - GV tổ chức, hướng dẫn và quản lí HS thực hiện các bài tập khởi động.  - GV hướng dẫn HS:  a. Khởi động chung:  + Xoay các khớp (H1)  + Các động tác căng cơ (H2)  b. Khởi chuyên môn:  + Các động tác di chuyển (H3)  + Các động tác khởi động với bóng (H4) | 6-8’ Phút  2lx 8n | \* Giáo viên chuyển giao nhiệm vụ.  - Khởi động chung: GV tập hợp lớp thành các hàng ngang, giãn cách một sải tay, đứng xen kẽ nhau. GV đếm nhịp và hướng dẫn cho cả lớp thực hiện các động tác khởi động xoay các khớp và căng cơ.  - Khởi chuyên môn: GV tập trung lớp thành các hàng dọc, cho HS lần lượt thực hiện các động tác di chuyển.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động.  - GV mời cả lớp cùng khởi động chung, khởi động chuyên môn.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động. | \* Học sinh tiếp nhận nhiệm vụ.  - HS cả lớp khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  C:\Users\Admin\AppData\Local\Packages\Microsoft.Windows.Photos_8wekyb3d8bbwe\TempState\ShareServiceTempFolder\1.jpeg  C:\Users\Admin\Desktop\2.png  C:\Users\Admin\Desktop\3.png  C:\Users\Admin\Desktop\4.png |
| **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới: (10-12’)**  a. Mục tiêu: Thông qua hoạt động, HS lắng nghe và nắm được một số điều luật thi đấu và phương pháp trọng tài môn Bóng chuyền; phối hợp di chuyền chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt  b. Nội dung: GV giới thiệu một số điều luật thi đấu và phương pháp trọng tài môn Bóng chuyền; phân tích, thị phạm và lưu ý cho HS thực hiện phối hợp di chuyền chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt; HS lắng nghe, quan sát và thực hiện dưới sự hướng dẫn của GV.  c. Sản phẩm học tập: HS luyện tập đồng loạt phối hợp di chuyền chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt; một số điều luật thi đấu và phương pháp trọng tài môn Bóng chuyền  d. Tổ chức hoạt động: | | | |
| *\* Phối hợp di chuyền chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt:*  *C:\Users\Admin\Desktop\2.png*  ***Một số điều luật thi đấu và phương pháp trọng tài môn Bóng chuyền*** | 10-12’ | - GV làm mẫu theo các bước sau:  + Lần 1: Thực hiện toàn bộ kĩ thuật động tác  + Lần 2: Thực hiện lại động tác Kĩ thuật kết hợp mô tả, giải thích, phân tích kĩ thuật.  - GV cho HS thực hiện bài tập thử theo hình ảnh đã ghi nhớ.  - GV tổ chức cho HS đồng loạt luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV.  - GV theo dõi, hỗ trợ HS nếu cần thiết.  - GV chú ý nhấn mạnh các lỗi sai mà HS thường mắc khi thực hiện động tác.  - Gv giới thiệu cho HS một số điều luật thi đấu và phương pháp trọng tài môn Bóng chuyền | - HS lắng nghe, quan sát GV giới thiệu, thị phạm kĩ thuật  - HS thực hiện đồng loạt dưới sự hướng dẫn của GV  - HS chú ý lắng nghe, ghi nhớ |
| **3. Hoạt động luyện tập:(** **18-20’)**  **a. Mục tiêu:** Thông qua hoạt động, HS củng cố lại kiến thức đã học về kĩ thuật  **b. Nội dung:**  - Bài tập về phối hợp di chuyền chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt  + Bài tập 1: Mô phỏng động tác di chuyển chuyền bóng thấp tay  + Bài tập 2: Phối hợp di chuyển chuyển bóng vào tường  **c. Sản phẩm học tập:** HS luyện tập cá nhân, cặp đôi, nhóm kĩ thuật trên lớp và ở nhà.  **d. Tổ chức thực hiện** | | | |
| *Luyện tập phối hợp di chuyền chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt:*  *Bài tập 1: Mô phỏng động tác di chuyển chuyền bóng thấp tay:*  Người tập thực hiện mô phỏng các bước di chuyển (bước thường, bước lướt, bước chéo,..) tới vị trí quy định và thực hiện chuyền bóng thấp tay không bóng.  *Bài tập 2: Phối hợp di chuyển chuyển bóng vào tường:*  Người tập đứng cách tường 3 – 4 m, thực hiện di chuyển chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt liên tục vào tường. | 18-20’ | \* Giao nhiệm vụ học tập cho cả lớp.  - GV tổ chức cho HS Tập luyện cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm với nhau, nên phân cặp có cùng trình độ (năng lực vận động, chiều cao,...), giới tính (nam tập với nam, nữ tập với nữ) để tránh chấn thương trong luyện tập.  - GV cần lưu ý điều chỉnh khoảng cách giữa hai HS cho phù hợp khi thực hiện các bài tập, khuyến khích HS giúp đỡ nhau sửa các lỗi sai khi cùng luyện tập.  - Sau mỗi lượt thực hiện, GV cần quan sát, lắng nghe những trao đổi, nhận xét của các HS đối với bạn cùng tập để kịp thời định hướng, điều chỉnh động tác của HS  - GV mời đại diện cặp đôi thực hiện động tác trước lớp.  - GV nhận xét, đánh giá, khuyến khích động viên HS. | \*Cả lớp nhận nhiệm vụ tập luyện.  - HS chủ động luyện tập cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm với nội dung theo sự hướng dẫn của GV.  Đội hình tập luyện cá nhân:            Đội hình tập luyện theo cặp:    ĐH tập luyện theo tổ  • • • • •  • ∇ •  • •  • •  • • |
| 4. Hoạt động vận dụng:(2-3’) a. Mục tiêu: Củng cố lại kiến thức đã học.  b. Nội dung: GV trình bày vấn đề  c. Sản phẩm học tập: HS vận dụng được kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày | 2-3’ | - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. | - HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. |
| **5. Hoạt động kết thúc tiết học: (3-4’)** a. Mục tiêu: HS củng cố lại các kiến thức đã học.b. Nội dung: Thực hiện các động tác hồi tĩnh, ôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhà ôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhà. c.Sản phẩm:HS thực hiện được các động tác hồi tĩnh, tự giác ôn tập kiến thức kĩ thuật HS tự giác ôn tập kiến thức đã học. | | | |
| - Thả lỏng- hồi tĩnh: Hít thở nhẹ nhàng, rũ nhẹ tay chân, thả lỏng tích cực.  - Nhận xét-rút ra ưu khuyết điểm: GV nhận xét buổi tập, rút ra ưu khuyết điểm, phổ biến nội dung buổi học kế tiếp.  - Xuống lớp HS hô to “khoẻ” | 3-4’ | - Điều hành thả lỏng cơ bản  - Nhận xét đánh giá, chuẩn bị kiến thức, kết thúc tiết học  - Tập luyện thêm ở nhà | Đội hình xuống lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  GV 🚹 |

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)**

………………………………………………………………………………………….

**……………………………………………………………………………………………**

**……………………………………………………………………………………………**

|  |  |
| --- | --- |
| **Tuần: 11** | **Ngày soạn: …./…../2024** |
| **Tiết: 22** | **Ngày dạy: …./…../2024** |

**Chủ đề 3: Phối hợp kĩ thuật**

**Bài 1: Phối hợp di chuyền chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt**

**(Tiết 2)**

**I. MỤC TIÊU**

# 1. Kiến thức:

Sau bài học này, HS sẽ thực hiện được:

+ Bài tập 1: Mô phỏng động tác di chuyển chuyền bóng thấp tay

+ Bài tập 2: Phối hợp di chuyển chuyển bóng vào tường

+ Bài tập 3: Chuyền bóng thấp tay kết hợp di chuyển ngang

- Biết điều chỉnh, sửa các lỗi sai phối hợp di chuyền chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt trong môn bóng chuyền

**2. Về năng lực:**

# 2.1. Năng lực chung

# - Năng lực tự chủ và tự học: Giải quyết được những nhiệm vụ học tập một cách độc lập, theo cặp đôi, theo tổ, theo nhóm

# - Năng lực giao tiếp và hợp tác: Góp phần phát triển năng lực giao tiếp và hợp tác qua hoạt động trao đổi, thực hiện nhiệm vụ học tập với giáo viên.

# - Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo: Thông qua các hoạt động luyện tập, trò chơi, thi đấu, vận dụng linh hoạt các phương pháp, phân tích được động tác trong luyện tập, trong cuộc sống; phát hiện và nêu được tình huống có vấn đề để giải quyết phù hợp nhất.

# 2.2. Năng lực đặc thù

# - Năng lực chăm sóc sức khỏe: Hình thành thói quen tập luyện thường xuyên để phát triển nhân cách đức trí, thể mỹ.

- Năng lực vận động cơ bản: Thực hiện được phối hợp di chuyền chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt trong môn bóng chuyền.

- Năng lực hoạt động TDTT: Biết phối hợp với đồng đội trong quá trình tập luyện và thi đấu TDTT.

**3. Về phẩm chất:**

- Nghiêm túc, tích cực, chăm chỉ trong tập luyện, phối hợp với bạn cùng tập để hoàn thành bài tập và trò chơi vận động

- Thể hiện sự yêu thích môn học trong học tập và rèn luyện.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

**1. Đối với giáo viên**

* Giáo án, SGK, SGV Giáo dục thể chất 12 (Bóng chuyền).
* Hình ảnh minh họa có liên quan đến bài học
* Sân bóng chuyền, bóng chuyền, rổ đựng bóng, còi, cọc nhựa.
* Còi để điều khiển các hoạt động tập luyện.

**2. Đối với học sinh**

* SGK Giáo dục thể chất 12 (Bóng chuyền).
* Đồng phục thể dục, giày tập đúng quy định.

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **NỘI DUNG** | **Định lượng** | **PHƯƠNG PHÁP VÀ HÌNH THỨC TỔ CHỨC** | |
| **Hoạt động của GV** | **Hoạt động của HS** |
| 1. Hoạt động mở đầu: (6-8’) a. Mục tiêu: Tạo hứng thú cho HS, từng bước bước vào bài học.  b. Nội dung:  - GV cho HS khởi động chung, khởi động chuyên môn.  c. Sản phẩm học tập: HS khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| ***1.1. Nhận lớp***  Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  + Cán sự lớp báo cáo sĩ số và tình hình của lớp.  - Giáo viên nhận lớp với đội hình 3 hàng ngang.  ***1.2. Khởi động***  - GV cho HS khởi động:  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  *1.2. Khởi động*  - Cự ly giãn cách một sải tay  - GV kết hợp với cán sự lớp hướng dẫn học sinh khởi động kỹ  - GV tổ chức, hướng dẫn và quản lí HS thực hiện các bài tập khởi động.  - GV hướng dẫn HS:  a. Khởi động chung:  + Xoay các khớp (H1)  + Các động tác căng cơ (H2)  b. Khởi chuyên môn:  + Các động tác di chuyển (H3)  + Các động tác khởi động với bóng (H4) | 6-8’ Phút  2lx 8n | \* Giáo viên chuyển giao nhiệm vụ.  - Khởi động chung: GV tập hợp lớp thành các hàng ngang, giãn cách một sải tay, đứng xen kẽ nhau. GV đếm nhịp và hướng dẫn cho cả lớp thực hiện các động tác khởi động xoay các khớp và căng cơ.  - Khởi chuyên môn: GV tập trung lớp thành các hàng dọc, cho HS lần lượt thực hiện các động tác di chuyển.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động.  - GV mời cả lớp cùng khởi động chung, khởi động chuyên môn.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động. | \* Học sinh tiếp nhận nhiệm vụ.  - HS cả lớp khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  C:\Users\Admin\AppData\Local\Packages\Microsoft.Windows.Photos_8wekyb3d8bbwe\TempState\ShareServiceTempFolder\1.jpeg  C:\Users\Admin\Desktop\2.png  C:\Users\Admin\Desktop\3.png  C:\Users\Admin\Desktop\4.png |
| **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới: (0’)** | | | |
| **3. Hoạt động luyện tập:(** **28-30’)**  **a. Mục tiêu:** Thông qua hoạt động, HS củng cố lại kiến thức đã học về kĩ thuật  **b. Nội dung:**  - Bài tập về phối hợp di chuyền chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt  + Bài tập 1: Mô phỏng động tác di chuyển chuyền bóng thấp tay  + Bài tập 2: Phối hợp di chuyển chuyển bóng vào tường  + Bài tập 3: Chuyền bóng thấp tay kết hợp di chuyển ngang  **c. Sản phẩm học tập:** HS luyện tập cá nhân, cặp đôi, nhóm kĩ thuật trên lớp và ở nhà.  **d. Tổ chức thực hiện** | | | |
| *Luyện tập phối hợp di chuyền chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt:*  *Bài tập 1: Mô phỏng động tác di chuyển chuyền bóng thấp tay:*  Người tập thực hiện mô phỏng các bước di chuyển (bước thường, bước lướt, bước chéo,..) tới vị trí quy định và thực hiện chuyền bóng thấp tay không bóng.  *Bài tập 2: Phối hợp di chuyển chuyển bóng vào tường:*  Người tập đứng cách tường 3 – 4 m, thực hiện di chuyển chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt liên tục vào tường.  *Bài tập 3: Chuyền bóng thấp tay kết hợp di chuyển ngang:*  Từng cặp đôi đứng đối diện, cách nhau 3 – 4 m, thực hiện di chuyển ngang chuyển bóng thấp tay liên tục qua lại. | 28-30’ | \* Giao nhiệm vụ học tập cho cả lớp.  - GV tổ chức cho HS Tập luyện cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm với nhau, nên phân cặp có cùng trình độ (năng lực vận động, chiều cao,...), giới tính (nam tập với nam, nữ tập với nữ) để tránh chấn thương trong luyện tập.  - GV cần lưu ý điều chỉnh khoảng cách giữa hai HS cho phù hợp khi thực hiện các bài tập, khuyến khích HS giúp đỡ nhau sửa các lỗi sai khi cùng luyện tập.  - Sau mỗi lượt thực hiện, GV cần quan sát, lắng nghe những trao đổi, nhận xét của các HS đối với bạn cùng tập để kịp thời định hướng, điều chỉnh động tác của HS  - GV mời đại diện cặp đôi thực hiện động tác trước lớp.  - GV nhận xét, đánh giá, khuyến khích động viên HS. | \*Cả lớp nhận nhiệm vụ tập luyện.  - HS chủ động luyện tập cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm với nội dung theo sự hướng dẫn của GV.  Đội hình tập luyện cá nhân:            Đội hình tập luyện theo cặp:    ĐH tập luyện theo tổ  • • • • •  • ∇ •  • •  • •  • • |
| 4. Hoạt động vận dụng:(2-3’) a. Mục tiêu: Củng cố lại kiến thức đã học.  b. Nội dung: GV trình bày vấn đề  c. Sản phẩm học tập: HS vận dụng được kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày | 2-3’ | - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. | - HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. |
| **5. Hoạt động kết thúc tiết học: (3-4’)** a. Mục tiêu: HS củng cố lại các kiến thức đã học.b. Nội dung: Thực hiện các động tác hồi tĩnh, ôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhà ôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhà. c.Sản phẩm:HS thực hiện được các động tác hồi tĩnh, tự giác ôn tập kiến thức kĩ thuật HS tự giác ôn tập kiến thức đã học. | | | |
| - Thả lỏng- hồi tĩnh: Hít thở nhẹ nhàng, rũ nhẹ tay chân, thả lỏng tích cực.  - Nhận xét-rút ra ưu khuyết điểm: GV nhận xét buổi tập, rút ra ưu khuyết điểm, phổ biến nội dung buổi học kế tiếp.  - Xuống lớp HS hô to “khoẻ” | 3-4’ | - Điều hành thả lỏng cơ bản  - Nhận xét đánh giá, chuẩn bị kiến thức, kết thúc tiết học  - Tập luyện thêm ở nhà | Đội hình xuống lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  GV 🚹 |

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)**

………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………….

|  |  |
| --- | --- |
| **Tuần: 12** | **Ngày soạn: …./…../2024** |
| **Tiết: 23** | **Ngày dạy: …./…../2024** |

**Chủ đề 3: Phối hợp kĩ thuật**

**Bài 1: Phối hợp di chuyền chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt**

**(Tiết 3)**

**I. MỤC TIÊU**

# 1. Kiến thức:

Sau bài học này, HS sẽ thực hiện được:

+ Bài tập 2: Phối hợp di chuyển chuyển bóng vào tường

+ Bài tập 3: Chuyền bóng thấp tay kết hợp di chuyển ngang

+ Bài tập 4: Di chuyển tiến – lùi kết hợp chuyền bóng thấp tay

- Trò chơi: “Chạy đổi vị trí

- Biết điều chỉnh, sửa các lỗi sai phối hợp di chuyền chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt trong môn bóng chuyền

**2. Về năng lực:**

# 2.1. Năng lực chung

# - Năng lực tự chủ và tự học: Giải quyết được những nhiệm vụ học tập một cách độc lập, theo cặp đôi, theo tổ, theo nhóm

# - Năng lực giao tiếp và hợp tác: Góp phần phát triển năng lực giao tiếp và hợp tác qua hoạt động trao đổi, thực hiện nhiệm vụ học tập với giáo viên.

# - Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo: Thông qua các hoạt động luyện tập, trò chơi, thi đấu, vận dụng linh hoạt các phương pháp, phân tích được động tác trong luyện tập, trong cuộc sống; phát hiện và nêu được tình huống có vấn đề để giải quyết phù hợp nhất.

# 2.2. Năng lực đặc thù

# - Năng lực chăm sóc sức khỏe: Hình thành thói quen tập luyện thường xuyên để phát triển nhân cách đức trí, thể mỹ.

- Năng lực vận động cơ bản: Thực hiện được phối hợp di chuyền chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt trong môn bóng chuyền.

- Năng lực hoạt động TDTT: Biết phối hợp với đồng đội trong quá trình tập luyện và thi đấu TDTT.

**3. Về phẩm chất:**

- Nghiêm túc, tích cực, chăm chỉ trong tập luyện, phối hợp với bạn cùng tập để hoàn thành bài tập và trò chơi vận động

- Thể hiện sự yêu thích môn học trong học tập và rèn luyện.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

**1. Đối với giáo viên**

* Giáo án, SGK, SGV Giáo dục thể chất 12 (Bóng chuyền).
* Hình ảnh minh họa có liên quan đến bài học
* Sân bóng chuyền, bóng chuyền, rổ đựng bóng, còi, cọc nhựa.
* Còi để điều khiển các hoạt động tập luyện.

**2. Đối với học sinh**

* SGK Giáo dục thể chất 12 (Bóng chuyền).
* Đồng phục thể dục, giày tập đúng quy định.

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **NỘI DUNG** | **Định lượng** | **PHƯƠNG PHÁP VÀ HÌNH THỨC TỔ CHỨC** | |
| **Hoạt động của GV** | **Hoạt động của HS** |
| 1. Hoạt động mở đầu: (6-8’) a. Mục tiêu: Tạo hứng thú cho HS, từng bước bước vào bài học.  b. Nội dung:  - GV cho HS khởi động chung, khởi động chuyên môn.  c. Sản phẩm học tập: HS khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| ***1.1. Nhận lớp***  Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  + Cán sự lớp báo cáo sĩ số và tình hình của lớp.  - Giáo viên nhận lớp với đội hình 3 hàng ngang.  ***1.2. Khởi động***  - GV cho HS khởi động:  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  *1.2. Khởi động*  - Cự ly giãn cách một sải tay  - GV kết hợp với cán sự lớp hướng dẫn học sinh khởi động kỹ  - GV tổ chức, hướng dẫn và quản lí HS thực hiện các bài tập khởi động.  - GV hướng dẫn HS:  a. Khởi động chung:  + Xoay các khớp (H1)  + Các động tác căng cơ (H2)  b. Khởi chuyên môn:  + Các động tác di chuyển (H3)  + Các động tác khởi động với bóng (H4) | 6-8’ Phút  2lx 8n | \* Giáo viên chuyển giao nhiệm vụ.  - Khởi động chung: GV tập hợp lớp thành các hàng ngang, giãn cách một sải tay, đứng xen kẽ nhau. GV đếm nhịp và hướng dẫn cho cả lớp thực hiện các động tác khởi động xoay các khớp và căng cơ.  - Khởi chuyên môn: GV tập trung lớp thành các hàng dọc, cho HS lần lượt thực hiện các động tác di chuyển.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động.  - GV mời cả lớp cùng khởi động chung, khởi động chuyên môn.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động. | \* Học sinh tiếp nhận nhiệm vụ.  - HS cả lớp khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  C:\Users\Admin\AppData\Local\Packages\Microsoft.Windows.Photos_8wekyb3d8bbwe\TempState\ShareServiceTempFolder\1.jpeg  C:\Users\Admin\Desktop\2.png  C:\Users\Admin\Desktop\3.png  C:\Users\Admin\Desktop\4.png |
| **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới: (0’)** | | | |
| **3. Hoạt động luyện tập:(** **28-30’)**  **a. Mục tiêu:** Thông qua hoạt động, HS củng cố lại kiến thức đã học về kĩ thuật  **b. Nội dung:**  - Bài tập về phối hợp di chuyền chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt  + Bài tập 2: Phối hợp di chuyển chuyển bóng vào tường  + Bài tập 3: Chuyền bóng thấp tay kết hợp di chuyển ngang  + Bài tập 4: Di chuyển tiến – lùi kết hợp chuyền bóng thấp tay  - Trò chơi: “Chạy đổi vị trí  **c. Sản phẩm học tập:** HS luyện tập cá nhân, cặp đôi, nhóm kĩ thuật trên lớp và ở nhà.  **d. Tổ chức thực hiện** | | | |
| *Luyện tập phối hợp di chuyền chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt:*  *Bài tập 2: Phối hợp di chuyển chuyển bóng vào tường:*  Người tập đứng cách tường 3 – 4 m, thực hiện di chuyển chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt liên tục vào tường.  *Bài tập 3: Chuyền bóng thấp tay kết hợp di chuyển ngang:*  Từng cặp đôi đứng đối diện, cách nhau 3 – 4 m, thực hiện di chuyển ngang chuyển bóng thấp tay liên tục qua lại.  *Bài tập 4: Di chuyển tiến – lùi kết hợp chuyền bóng thấp tay:*  Người tập di chuyển tiến về phía trước đề thực hiện chuyển bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt do bạn cùng tập tung rồi nhanh chóng lùi về vị trí ban đầu (H.4). | 23-25’ | \* Giao nhiệm vụ học tập cho cả lớp.  - GV tổ chức cho HS Tập luyện cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm với nhau, nên phân cặp có cùng trình độ (năng lực vận động, chiều cao,...), giới tính (nam tập với nam, nữ tập với nữ) để tránh chấn thương trong luyện tập.  - GV cần lưu ý điều chỉnh khoảng cách giữa hai HS cho phù hợp khi thực hiện các bài tập, khuyến khích HS giúp đỡ nhau sửa các lỗi sai khi cùng luyện tập.  - Sau mỗi lượt thực hiện, GV cần quan sát, lắng nghe những trao đổi, nhận xét của các HS đối với bạn cùng tập để kịp thời định hướng, điều chỉnh động tác của HS  - GV mời đại diện cặp đôi thực hiện động tác trước lớp.  - GV nhận xét, đánh giá, khuyến khích động viên HS. | \*Cả lớp nhận nhiệm vụ tập luyện.  - HS chủ động luyện tập cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm với nội dung theo sự hướng dẫn của GV.  Đội hình tập luyện cá nhân:            Đội hình tập luyện theo cặp:    *C:\Users\Admin\Desktop\3.png* |
| ***Trò chơi “Chạy đổi vị trí”*** | 3-5’ | - GV nêu tên trò chơi, phổ biến cách chơi luật chơi và hình thức thưởng phạt cho HS nắm được sau đó cho HS chơi thử rồi mới chơi chính thức. GV làm trọng tài. | - HS chơi trò chơi theo hướng dẫn của GV.  *C:\Users\Admin\Desktop\1.png* |
| 4. Hoạt động vận dụng:(2-3’) a. Mục tiêu: Củng cố lại kiến thức đã học.  b. Nội dung: GV trình bày vấn đề  c. Sản phẩm học tập: HS vận dụng được kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày | 2-3’ | - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. | - HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. |
| **5. Hoạt động kết thúc tiết học: (3-4’)** a. Mục tiêu: HS củng cố lại các kiến thức đã học.b. Nội dung: Thực hiện các động tác hồi tĩnh, ôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhà ôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhà. c.Sản phẩm:HS thực hiện được các động tác hồi tĩnh, tự giác ôn tập kiến thức kĩ thuật HS tự giác ôn tập kiến thức đã học. | | | |
| - Thả lỏng- hồi tĩnh: Hít thở nhẹ nhàng, rũ nhẹ tay chân, thả lỏng tích cực.  - Nhận xét-rút ra ưu khuyết điểm: GV nhận xét buổi tập, rút ra ưu khuyết điểm, phổ biến nội dung buổi học kế tiếp.  - Xuống lớp HS hô to “khoẻ” | 3-4’ | - Điều hành thả lỏng cơ bản  - Nhận xét đánh giá, chuẩn bị kiến thức, kết thúc tiết học  - Tập luyện thêm ở nhà | Đội hình xuống lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  GV 🚹 |

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)**

………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………….

|  |  |
| --- | --- |
| **Tuần: 12** | **Ngày soạn: …./…../2024** |
| **Tiết: 24** | **Ngày dạy: …./…../2024** |

**Chủ đề 3: Phối hợp kĩ thuật**

**Bài 1: Phối hợp di chuyền chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt**

**(Tiết 4)**

**I. MỤC TIÊU**

# 1. Kiến thức:

Sau bài học này, HS sẽ thực hiện được:

+ Bài tập 4: Di chuyển tiến – lùi kết hợp chuyền bóng thấp tay

+ Bài tập 5: Di chuyển các vị trí chuyển bóng thấp tay

+ Bài tập 6: Đỡ bóng đập sân

- Biết điều chỉnh, sửa các lỗi sai phối hợp di chuyền chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt trong môn bóng chuyền

**2. Về năng lực:**

# 2.1. Năng lực chung

# - Năng lực tự chủ và tự học: Giải quyết được những nhiệm vụ học tập một cách độc lập, theo cặp đôi, theo tổ, theo nhóm

# - Năng lực giao tiếp và hợp tác: Góp phần phát triển năng lực giao tiếp và hợp tác qua hoạt động trao đổi, thực hiện nhiệm vụ học tập với giáo viên.

# - Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo: Thông qua các hoạt động luyện tập, trò chơi, thi đấu, vận dụng linh hoạt các phương pháp, phân tích được động tác trong luyện tập, trong cuộc sống; phát hiện và nêu được tình huống có vấn đề để giải quyết phù hợp nhất.

# 2.2. Năng lực đặc thù

# - Năng lực chăm sóc sức khỏe: Hình thành thói quen tập luyện thường xuyên để phát triển nhân cách đức trí, thể mỹ.

- Năng lực vận động cơ bản: Thực hiện được phối hợp di chuyền chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt trong môn bóng chuyền.

- Năng lực hoạt động TDTT: Biết phối hợp với đồng đội trong quá trình tập luyện và thi đấu TDTT.

**3. Về phẩm chất:**

- Nghiêm túc, tích cực, chăm chỉ trong tập luyện, phối hợp với bạn cùng tập để hoàn thành bài tập và trò chơi vận động

- Thể hiện sự yêu thích môn học trong học tập và rèn luyện.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

**1. Đối với giáo viên**

* Giáo án, SGK, SGV Giáo dục thể chất 12 (Bóng chuyền).
* Hình ảnh minh họa có liên quan đến bài học
* Sân bóng chuyền, bóng chuyền, rổ đựng bóng, còi, cọc nhựa.
* Còi để điều khiển các hoạt động tập luyện.

**2. Đối với học sinh**

* SGK Giáo dục thể chất 12 (Bóng chuyền).
* Đồng phục thể dục, giày tập đúng quy định.

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **NỘI DUNG** | **Định lượng** | **PHƯƠNG PHÁP VÀ HÌNH THỨC TỔ CHỨC** | |
| **Hoạt động của GV** | **Hoạt động của HS** |
| 1. Hoạt động mở đầu: (6-8’) a. Mục tiêu: Tạo hứng thú cho HS, từng bước bước vào bài học.  b. Nội dung:  - GV cho HS khởi động chung, khởi động chuyên môn.  c. Sản phẩm học tập: HS khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| ***1.1. Nhận lớp***  Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  + Cán sự lớp báo cáo sĩ số và tình hình của lớp.  - Giáo viên nhận lớp với đội hình 3 hàng ngang.  ***1.2. Khởi động***  - GV cho HS khởi động:  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  *1.2. Khởi động*  - Cự ly giãn cách một sải tay  - GV kết hợp với cán sự lớp hướng dẫn học sinh khởi động kỹ  - GV tổ chức, hướng dẫn và quản lí HS thực hiện các bài tập khởi động.  - GV hướng dẫn HS:  a. Khởi động chung:  + Xoay các khớp (H1)  + Các động tác căng cơ (H2)  b. Khởi chuyên môn:  + Các động tác di chuyển (H3)  + Các động tác khởi động với bóng (H4) | 6-8’ Phút  2lx 8n | \* Giáo viên chuyển giao nhiệm vụ.  - Khởi động chung: GV tập hợp lớp thành các hàng ngang, giãn cách một sải tay, đứng xen kẽ nhau. GV đếm nhịp và hướng dẫn cho cả lớp thực hiện các động tác khởi động xoay các khớp và căng cơ.  - Khởi chuyên môn: GV tập trung lớp thành các hàng dọc, cho HS lần lượt thực hiện các động tác di chuyển.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động.  - GV mời cả lớp cùng khởi động chung, khởi động chuyên môn.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động. | \* Học sinh tiếp nhận nhiệm vụ.  - HS cả lớp khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  C:\Users\Admin\AppData\Local\Packages\Microsoft.Windows.Photos_8wekyb3d8bbwe\TempState\ShareServiceTempFolder\1.jpeg  C:\Users\Admin\Desktop\2.png  C:\Users\Admin\Desktop\3.png  C:\Users\Admin\Desktop\4.png |
| **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới: (0’)** | | | |
| **3. Hoạt động luyện tập:(** **28-30’)**  **a. Mục tiêu:** Thông qua hoạt động, HS củng cố lại kiến thức đã học về kĩ thuật  **b. Nội dung:**  - Bài tập về phối hợp di chuyền chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt  + Bài tập 4: Di chuyển tiến – lùi kết hợp chuyền bóng thấp tay  + Bài tập 5: Di chuyển các vị trí chuyển bóng thấp tay  + Bài tập 6: Đỡ bóng đập sân  **c. Sản phẩm học tập:** HS luyện tập cá nhân, cặp đôi, nhóm kĩ thuật trên lớp và ở nhà.  **d. Tổ chức thực hiện** | | | |
| *Luyện tập phối hợp di chuyền chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt:*  *Bài tập 4: Di chuyển tiến – lùi kết hợp chuyền bóng thấp tay:*  Người tập di chuyển tiến về phía trước đề thực hiện chuyển bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt do bạn cùng tập tung rồi nhanh chóng lùi về vị trí ban đầu (H.4).  *Bài tập 5: Di chuyển các vị trí chuyển bóng thấp tay:*  Người tập di chuyển các vị trí trên sân bóng chuyền để chuyền bóng thấp tay do bạn cùng tập tung đến (H.5).  *Bài tập 6: Đỡ bóng đập sân:*  Người tập đứng từng đôi đối diện nhau, một người đập bóng xuống mặt sân để bóng nẩy lên, người còn lại di chuyển tới chuyển bóng thấp tay bằng hai tay trở lại cho bạn cùng tập. | 28-30’ | \* Giao nhiệm vụ học tập cho cả lớp.  - GV tổ chức cho HS Tập luyện cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm với nhau, nên phân cặp có cùng trình độ (năng lực vận động, chiều cao,...), giới tính (nam tập với nam, nữ tập với nữ) để tránh chấn thương trong luyện tập.  - GV cần lưu ý điều chỉnh khoảng cách giữa hai HS cho phù hợp khi thực hiện các bài tập, khuyến khích HS giúp đỡ nhau sửa các lỗi sai khi cùng luyện tập.  - Sau mỗi lượt thực hiện, GV cần quan sát, lắng nghe những trao đổi, nhận xét của các HS đối với bạn cùng tập để kịp thời định hướng, điều chỉnh động tác của HS  - GV mời đại diện cặp đôi thực hiện động tác trước lớp.  - GV nhận xét, đánh giá, khuyến khích động viên HS. | \*Cả lớp nhận nhiệm vụ tập luyện.  - HS chủ động luyện tập cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm với nội dung theo sự hướng dẫn của GV.  Đội hình tập luyện cá nhân:            Đội hình tập luyện theo cặp:    *C:\Users\Admin\Desktop\3.png*  *C:\Users\Admin\Desktop\4.png* |
| 4. Hoạt động vận dụng:(2-3’) a. Mục tiêu: Củng cố lại kiến thức đã học.  b. Nội dung: GV trình bày vấn đề  c. Sản phẩm học tập: HS vận dụng được kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày | 2-3’ | - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. | - HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. |
| **5. Hoạt động kết thúc tiết học: (3-4’)** a. Mục tiêu: HS củng cố lại các kiến thức đã học.b. Nội dung: Thực hiện các động tác hồi tĩnh, ôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhà ôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhà. c.Sản phẩm:HS thực hiện được các động tác hồi tĩnh, tự giác ôn tập kiến thức kĩ thuật HS tự giác ôn tập kiến thức đã học. | | | |
| - Thả lỏng- hồi tĩnh: Hít thở nhẹ nhàng, rũ nhẹ tay chân, thả lỏng tích cực.  - Nhận xét-rút ra ưu khuyết điểm: GV nhận xét buổi tập, rút ra ưu khuyết điểm, phổ biến nội dung buổi học kế tiếp.  - Xuống lớp HS hô to “khoẻ” | 3-4’ | - Điều hành thả lỏng cơ bản  - Nhận xét đánh giá, chuẩn bị kiến thức, kết thúc tiết học  - Tập luyện thêm ở nhà | Đội hình xuống lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  GV 🚹 |

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)**

………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………….

|  |  |
| --- | --- |
| **Tuần: 13** | **Ngày soạn: …./…../2024** |
| **Tiết: 25** | **Ngày dạy: …./…../2024** |

**Chủ đề 3: Phối hợp kĩ thuật**

**Bài 1: Phối hợp di chuyền chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt**

**(Tiết 5)**

**I. MỤC TIÊU**

# 1. Kiến thức:

Sau bài học này, HS sẽ thực hiện được:

+ Bài tập 5: Di chuyển các vị trí chuyển bóng thấp tay

+ Bài tập 6: Đỡ bóng đập sân

+ Bài tập 7: Đỡ phát bóng

- Trò chơi: “Di chuyển chuyển bóng tiếp sức”

- Biết điều chỉnh, sửa các lỗi sai phối hợp di chuyền chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt trong môn bóng chuyền

**2. Về năng lực:**

# 2.1. Năng lực chung

# - Năng lực tự chủ và tự học: Giải quyết được những nhiệm vụ học tập một cách độc lập, theo cặp đôi, theo tổ, theo nhóm

# - Năng lực giao tiếp và hợp tác: Góp phần phát triển năng lực giao tiếp và hợp tác qua hoạt động trao đổi, thực hiện nhiệm vụ học tập với giáo viên.

# - Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo: Thông qua các hoạt động luyện tập, trò chơi, thi đấu, vận dụng linh hoạt các phương pháp, phân tích được động tác trong luyện tập, trong cuộc sống; phát hiện và nêu được tình huống có vấn đề để giải quyết phù hợp nhất.

# 2.2. Năng lực đặc thù

# - Năng lực chăm sóc sức khỏe: Hình thành thói quen tập luyện thường xuyên để phát triển nhân cách đức trí, thể mỹ.

- Năng lực vận động cơ bản: Thực hiện được phối hợp di chuyền chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt trong môn bóng chuyền.

- Năng lực hoạt động TDTT: Biết phối hợp với đồng đội trong quá trình tập luyện và thi đấu TDTT.

**3. Về phẩm chất:**

- Nghiêm túc, tích cực, chăm chỉ trong tập luyện, phối hợp với bạn cùng tập để hoàn thành bài tập và trò chơi vận động

- Thể hiện sự yêu thích môn học trong học tập và rèn luyện.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

**1. Đối với giáo viên**

* Giáo án, SGK, SGV Giáo dục thể chất 12 (Bóng chuyền).
* Hình ảnh minh họa có liên quan đến bài học
* Sân bóng chuyền, bóng chuyền, rổ đựng bóng, còi, cọc nhựa.
* Còi để điều khiển các hoạt động tập luyện.

**2. Đối với học sinh**

* SGK Giáo dục thể chất 12 (Bóng chuyền).
* Đồng phục thể dục, giày tập đúng quy định.

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **NỘI DUNG** | **Định lượng** | **PHƯƠNG PHÁP VÀ HÌNH THỨC TỔ CHỨC** | |
| **Hoạt động của GV** | **Hoạt động của HS** |
| 1. Hoạt động mở đầu: (6-8’) a. Mục tiêu: Tạo hứng thú cho HS, từng bước bước vào bài học.  b. Nội dung:  - GV cho HS khởi động chung, khởi động chuyên môn.  c. Sản phẩm học tập: HS khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| ***1.1. Nhận lớp***  Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  + Cán sự lớp báo cáo sĩ số và tình hình của lớp.  - Giáo viên nhận lớp với đội hình 3 hàng ngang.  ***1.2. Khởi động***  - GV cho HS khởi động:  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  *1.2. Khởi động*  - Cự ly giãn cách một sải tay  - GV kết hợp với cán sự lớp hướng dẫn học sinh khởi động kỹ  - GV tổ chức, hướng dẫn và quản lí HS thực hiện các bài tập khởi động.  - GV hướng dẫn HS:  a. Khởi động chung:  + Xoay các khớp (H1)  + Các động tác căng cơ (H2)  b. Khởi chuyên môn:  + Các động tác di chuyển (H3)  + Các động tác khởi động với bóng (H4) | 6-8’ Phút  2lx 8n | \* Giáo viên chuyển giao nhiệm vụ.  - Khởi động chung: GV tập hợp lớp thành các hàng ngang, giãn cách một sải tay, đứng xen kẽ nhau. GV đếm nhịp và hướng dẫn cho cả lớp thực hiện các động tác khởi động xoay các khớp và căng cơ.  - Khởi chuyên môn: GV tập trung lớp thành các hàng dọc, cho HS lần lượt thực hiện các động tác di chuyển.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động.  - GV mời cả lớp cùng khởi động chung, khởi động chuyên môn.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động. | \* Học sinh tiếp nhận nhiệm vụ.  - HS cả lớp khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  C:\Users\Admin\AppData\Local\Packages\Microsoft.Windows.Photos_8wekyb3d8bbwe\TempState\ShareServiceTempFolder\1.jpeg  C:\Users\Admin\Desktop\2.png  C:\Users\Admin\Desktop\3.png  C:\Users\Admin\Desktop\4.png |
| **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới: (0’)** | | | |
| **3. Hoạt động luyện tập:(** **28-30’)**  **a. Mục tiêu:** Thông qua hoạt động, HS củng cố lại kiến thức đã học về kĩ thuật  **b. Nội dung:**  - Bài tập về phối hợp di chuyền chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt  + Bài tập 5: Di chuyển các vị trí chuyển bóng thấp tay  + Bài tập 6: Đỡ bóng đập sân  + Bài tập 7: Đỡ phát bóng  - Trò chơi: “Di chuyển chuyển bóng tiếp sức”  **c. Sản phẩm học tập:** HS luyện tập cá nhân, cặp đôi, nhóm kĩ thuật trên lớp và ở nhà.  **d. Tổ chức thực hiện** | | | |
| *Luyện tập phối hợp di chuyền chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt:*  *Bài tập 5: Di chuyển các vị trí chuyển bóng thấp tay:*  Người tập di chuyển các vị trí trên sân bóng chuyền để chuyền bóng thấp tay do bạn cùng tập tung đến (H.5).  *Bài tập 6: Đỡ bóng đập sân:*  Người tập đứng từng đôi đối diện nhau, một người đập bóng xuống mặt sân để bóng nẩy lên, người còn lại di chuyển tới chuyển bóng thấp tay bằng hai tay trở lại cho bạn cùng tập.  *Bài tập 7: Đỡ phát bóng:*  Người tập đứng trên sân, di chuyển đến đỡ quả phát bóng do bạn cùng tập thực hiện từ sân đối diện. | 23-25’ | \* Giao nhiệm vụ học tập cho cả lớp.  - GV tổ chức cho HS Tập luyện cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm với nhau, nên phân cặp có cùng trình độ (năng lực vận động, chiều cao,...), giới tính (nam tập với nam, nữ tập với nữ) để tránh chấn thương trong luyện tập.  - GV cần lưu ý điều chỉnh khoảng cách giữa hai HS cho phù hợp khi thực hiện các bài tập, khuyến khích HS giúp đỡ nhau sửa các lỗi sai khi cùng luyện tập.  - Sau mỗi lượt thực hiện, GV cần quan sát, lắng nghe những trao đổi, nhận xét của các HS đối với bạn cùng tập để kịp thời định hướng, điều chỉnh động tác của HS  - GV mời đại diện cặp đôi thực hiện động tác trước lớp.  - GV nhận xét, đánh giá, khuyến khích động viên HS. | \*Cả lớp nhận nhiệm vụ tập luyện.  - HS chủ động luyện tập cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm với nội dung theo sự hướng dẫn của GV.  Đội hình tập luyện cá nhân:            Đội hình tập luyện theo cặp:    *C:\Users\Admin\Desktop\4.png* |
| ***Trò chơi “Di chuyển chuyển bóng tiếp sức”*** | 3-5’ | - GV nêu tên trò chơi, phổ biến cách chơi luật chơi và hình thức thưởng phạt cho HS nắm được sau đó cho HS chơi thử rồi mới chơi chính thức. GV làm trọng tài. | - HS chơi trò chơi theo hướng dẫn của GV.  *C:\Users\Admin\Desktop\6.png* |
| 4. Hoạt động vận dụng:(2-3’) a. Mục tiêu: Củng cố lại kiến thức đã học.  b. Nội dung: GV trình bày vấn đề  c. Sản phẩm học tập: HS vận dụng được kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày | 2-3’ | - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. | - HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. |
| **5. Hoạt động kết thúc tiết học: (3-4’)** a. Mục tiêu: HS củng cố lại các kiến thức đã học.b. Nội dung: Thực hiện các động tác hồi tĩnh, ôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhà ôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhà. c.Sản phẩm:HS thực hiện được các động tác hồi tĩnh, tự giác ôn tập kiến thức kĩ thuật HS tự giác ôn tập kiến thức đã học. | | | |
| - Thả lỏng- hồi tĩnh: Hít thở nhẹ nhàng, rũ nhẹ tay chân, thả lỏng tích cực.  - Nhận xét-rút ra ưu khuyết điểm: GV nhận xét buổi tập, rút ra ưu khuyết điểm, phổ biến nội dung buổi học kế tiếp.  - Xuống lớp HS hô to “khoẻ” | 3-4’ | - Điều hành thả lỏng cơ bản  - Nhận xét đánh giá, chuẩn bị kiến thức, kết thúc tiết học  - Tập luyện thêm ở nhà | Đội hình xuống lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  GV 🚹 |

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)**

………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………….

|  |  |
| --- | --- |
| **Tuần: 13** | **Ngày soạn: …./…../2024** |
| **Tiết: 26** | **Ngày dạy: …./…../2024** |

**Chủ đề 3: Phối hợp kĩ thuật**

**Bài 1: Phối hợp di chuyền chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt**

**(Tiết 6)**

**I. MỤC TIÊU**

# 1. Kiến thức:

Sau bài học này, HS sẽ thực hiện được:

+ Bài tập 6: Đỡ bóng đập sân

+ Bài tập 7: Đỡ phát bóng

+ Bài tập 8: Chuyền bóng thấp tay 3 người

- Trò chơi: “Chạy đổi vị trí”

- Biết điều chỉnh, sửa các lỗi sai phối hợp di chuyền chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt trong môn bóng chuyền

**2. Về năng lực:**

# 2.1. Năng lực chung

# - Năng lực tự chủ và tự học: Giải quyết được những nhiệm vụ học tập một cách độc lập, theo cặp đôi, theo tổ, theo nhóm

# - Năng lực giao tiếp và hợp tác: Góp phần phát triển năng lực giao tiếp và hợp tác qua hoạt động trao đổi, thực hiện nhiệm vụ học tập với giáo viên.

# - Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo: Thông qua các hoạt động luyện tập, trò chơi, thi đấu, vận dụng linh hoạt các phương pháp, phân tích được động tác trong luyện tập, trong cuộc sống; phát hiện và nêu được tình huống có vấn đề để giải quyết phù hợp nhất.

# 2.2. Năng lực đặc thù

# - Năng lực chăm sóc sức khỏe: Hình thành thói quen tập luyện thường xuyên để phát triển nhân cách đức trí, thể mỹ.

- Năng lực vận động cơ bản: Thực hiện được phối hợp di chuyền chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt trong môn bóng chuyền.

- Năng lực hoạt động TDTT: Biết phối hợp với đồng đội trong quá trình tập luyện và thi đấu TDTT.

**3. Về phẩm chất:**

- Nghiêm túc, tích cực, chăm chỉ trong tập luyện, phối hợp với bạn cùng tập để hoàn thành bài tập và trò chơi vận động

- Thể hiện sự yêu thích môn học trong học tập và rèn luyện.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

**1. Đối với giáo viên**

* Giáo án, SGK, SGV Giáo dục thể chất 12 (Bóng chuyền).
* Hình ảnh minh họa có liên quan đến bài học
* Sân bóng chuyền, bóng chuyền, rổ đựng bóng, còi, cọc nhựa.
* Còi để điều khiển các hoạt động tập luyện.

**2. Đối với học sinh**

* SGK Giáo dục thể chất 12 (Bóng chuyền).
* Đồng phục thể dục, giày tập đúng quy định.

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **NỘI DUNG** | **Định lượng** | **PHƯƠNG PHÁP VÀ HÌNH THỨC TỔ CHỨC** | |
| **Hoạt động của GV** | **Hoạt động của HS** |
| 1. Hoạt động mở đầu: (6-8’) a. Mục tiêu: Tạo hứng thú cho HS, từng bước bước vào bài học.  b. Nội dung:  - GV cho HS khởi động chung, khởi động chuyên môn.  c. Sản phẩm học tập: HS khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| ***1.1. Nhận lớp***  Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  + Cán sự lớp báo cáo sĩ số và tình hình của lớp.  - Giáo viên nhận lớp với đội hình 3 hàng ngang.  ***1.2. Khởi động***  - GV cho HS khởi động:  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  *1.2. Khởi động*  - Cự ly giãn cách một sải tay  - GV kết hợp với cán sự lớp hướng dẫn học sinh khởi động kỹ  - GV tổ chức, hướng dẫn và quản lí HS thực hiện các bài tập khởi động.  - GV hướng dẫn HS:  a. Khởi động chung:  + Xoay các khớp (H1)  + Các động tác căng cơ (H2)  b. Khởi chuyên môn:  + Các động tác di chuyển (H3)  + Các động tác khởi động với bóng (H4) | 6-8’ Phút  2lx 8n | \* Giáo viên chuyển giao nhiệm vụ.  - Khởi động chung: GV tập hợp lớp thành các hàng ngang, giãn cách một sải tay, đứng xen kẽ nhau. GV đếm nhịp và hướng dẫn cho cả lớp thực hiện các động tác khởi động xoay các khớp và căng cơ.  - Khởi chuyên môn: GV tập trung lớp thành các hàng dọc, cho HS lần lượt thực hiện các động tác di chuyển.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động.  - GV mời cả lớp cùng khởi động chung, khởi động chuyên môn.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động. | \* Học sinh tiếp nhận nhiệm vụ.  - HS cả lớp khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  C:\Users\Admin\AppData\Local\Packages\Microsoft.Windows.Photos_8wekyb3d8bbwe\TempState\ShareServiceTempFolder\1.jpeg  C:\Users\Admin\Desktop\2.png  C:\Users\Admin\Desktop\3.png  C:\Users\Admin\Desktop\4.png |
| **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới: (0’)** | | | |
| **3. Hoạt động luyện tập:(** **28-30’)**  **a. Mục tiêu:** Thông qua hoạt động, HS củng cố lại kiến thức đã học về kĩ thuật  **b. Nội dung:**  - Bài tập về phối hợp di chuyền chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt  + Bài tập 6: Đỡ bóng đập sân  + Bài tập 7: Đỡ phát bóng  + Bài tập 8: Chuyền bóng thấp tay 3 người  - Trò chơi: “Chạy đổi vị trí”  **c. Sản phẩm học tập:** HS luyện tập cá nhân, cặp đôi, nhóm kĩ thuật trên lớp và ở nhà.  **d. Tổ chức thực hiện** | | | |
| *Luyện tập phối hợp di chuyền chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt:*  *Bài tập 6: Đỡ bóng đập sân:*  Người tập đứng từng đôi đối diện nhau, một người đập bóng xuống mặt sân để bóng nẩy lên, người còn lại di chuyển tới chuyển bóng thấp tay bằng hai tay trở lại cho bạn cùng tập.  *Bài tập 7: Đỡ phát bóng:*  Người tập đứng trên sân, di chuyển đến đỡ quả phát bóng do bạn cùng tập thực hiện từ sân đối diện.  *Bài tập 8: Chuyền bóng thấp tay 3 người:*  Người tập đứng thành từng nhóm 3 người, thực hiện chuyền bóng thấp tay và di chuyển đổi vị trí theo chiều ngược kim đồng hồ (hoặc đổi chiều) (H.6). | 23-25’ | \* Giao nhiệm vụ học tập cho cả lớp.  - GV tổ chức cho HS Tập luyện cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm với nhau, nên phân cặp có cùng trình độ (năng lực vận động, chiều cao,...), giới tính (nam tập với nam, nữ tập với nữ) để tránh chấn thương trong luyện tập.  - GV cần lưu ý điều chỉnh khoảng cách giữa hai HS cho phù hợp khi thực hiện các bài tập, khuyến khích HS giúp đỡ nhau sửa các lỗi sai khi cùng luyện tập.  - Sau mỗi lượt thực hiện, GV cần quan sát, lắng nghe những trao đổi, nhận xét của các HS đối với bạn cùng tập để kịp thời định hướng, điều chỉnh động tác của HS  - GV mời đại diện cặp đôi thực hiện động tác trước lớp.  - GV nhận xét, đánh giá, khuyến khích động viên HS. | \*Cả lớp nhận nhiệm vụ tập luyện.  - HS chủ động luyện tập cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm với nội dung theo sự hướng dẫn của GV.  Đội hình tập luyện cá nhân:            Đội hình tập luyện theo cặp:    *C:\Users\Admin\Desktop\4.png*  *C:\Users\Admin\Desktop\5.png* |
| ***Trò chơi “Chạy đổi vị trí”*** | 3-5’ | - GV nêu tên trò chơi, phổ biến cách chơi luật chơi và hình thức thưởng phạt cho HS nắm được sau đó cho HS chơi thử rồi mới chơi chính thức. GV làm trọng tài. | - HS chơi trò chơi theo hướng dẫn của GV.  *C:\Users\Admin\Desktop\1.png* |
| 4. Hoạt động vận dụng:(2-3’) a. Mục tiêu: Củng cố lại kiến thức đã học.  b. Nội dung: GV trình bày vấn đề  c. Sản phẩm học tập: HS vận dụng được kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày | 2-3’ | - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. | - HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. |
| **5. Hoạt động kết thúc tiết học: (3-4’)** a. Mục tiêu: HS củng cố lại các kiến thức đã học.b. Nội dung: Thực hiện các động tác hồi tĩnh, ôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhà ôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhà. c.Sản phẩm:HS thực hiện được các động tác hồi tĩnh, tự giác ôn tập kiến thức kĩ thuật HS tự giác ôn tập kiến thức đã học. | | | |
| - Thả lỏng- hồi tĩnh: Hít thở nhẹ nhàng, rũ nhẹ tay chân, thả lỏng tích cực.  - Nhận xét-rút ra ưu khuyết điểm: GV nhận xét buổi tập, rút ra ưu khuyết điểm, phổ biến nội dung buổi học kế tiếp.  - Xuống lớp HS hô to “khoẻ” | 3-4’ | - Điều hành thả lỏng cơ bản  - Nhận xét đánh giá, chuẩn bị kiến thức, kết thúc tiết học  - Tập luyện thêm ở nhà | Đội hình xuống lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  GV 🚹 |

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)**

………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………….

|  |  |
| --- | --- |
| **Tuần: 14** | **Ngày soạn: …./…../2024** |
| **Tiết: 27** | **Ngày dạy: …./…../2024** |

**Chủ đề 3: Phối hợp kĩ thuật**

**Bài 2: Phối hợp di chuyền chuyền bóng cao tay bằng hai tay trước mặt**

**(Tiết 1)**

**I. MỤC TIÊU**

# 1. Kiến thức:

Sau bài học này, HS sẽ: Thực hiện được:

+ Bài tập 1: Mô phỏng động tác di chuyển chuyền bóng cao tay

+ Bài tập 2: Phối hợp di chuyển chuyển bóng vào tường

- Trò chơi: “Di chuyển tung bóng tiếp sức”

- Biết điều chỉnh, sửa các lỗi sai phối hợp di chuyền chuyền bóng cao tay bằng hai tay trước mặt trong môn bóng chuyền

**2. Về năng lực:**

# 2.1. Năng lực chung

# - Năng lực tự chủ và tự học: Giải quyết được những nhiệm vụ học tập một cách độc lập, theo cặp đôi, theo tổ, theo nhóm

# - Năng lực giao tiếp và hợp tác: Góp phần phát triển năng lực giao tiếp và hợp tác qua hoạt động trao đổi, thực hiện nhiệm vụ học tập với giáo viên.

# - Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo: Thông qua các hoạt động luyện tập, trò chơi, thi đấu, vận dụng linh hoạt các phương pháp, phân tích được động tác trong luyện tập, trong cuộc sống; phát hiện và nêu được tình huống có vấn đề để giải quyết phù hợp nhất.

# 2.2. Năng lực đặc thù

# - Năng lực chăm sóc sức khỏe: Hình thành thói quen tập luyện thường xuyên để phát triển nhân cách đức trí, thể mỹ.

- Năng lực vận động cơ bản: Thực hiện được phối hợp di chuyền chuyền bóng cao tay bằng hai tay trước mặt trong môn bóng chuyền.

- Năng lực hoạt động TDTT: Biết phối hợp với đồng đội trong quá trình tập luyện và thi đấu TDTT.

**3. Về phẩm chất:**

- Nghiêm túc, tích cực, chăm chỉ trong tập luyện, phối hợp với bạn cùng tập để hoàn thành bài tập và trò chơi vận động

- Thể hiện sự yêu thích môn học trong học tập và rèn luyện.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

**1. Đối với giáo viên**

* Giáo án, SGK, SGV Giáo dục thể chất 12 (Bóng chuyền).
* Hình ảnh minh họa có liên quan đến bài học
* Sân bóng chuyền, bóng chuyền, rổ đựng bóng, còi, cọc nhựa.
* Còi để điều khiển các hoạt động tập luyện.

**2. Đối với học sinh**

* SGK Giáo dục thể chất 12 (Bóng chuyền).
* Đồng phục thể dục, giày tập đúng quy định.

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **NỘI DUNG** | **Định lượng** | **PHƯƠNG PHÁP VÀ HÌNH THỨC TỔ CHỨC** | |
| **Hoạt động của GV** | **Hoạt động của HS** |
| 1. Hoạt động mở đầu: (6-8’) a. Mục tiêu: Tạo hứng thú cho HS, từng bước bước vào bài học.  b. Nội dung:  - GV cho HS khởi động chung, khởi động chuyên môn.  c. Sản phẩm học tập: HS khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| ***1.1. Nhận lớp***  Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  + Cán sự lớp báo cáo sĩ số và tình hình của lớp.  - Giáo viên nhận lớp với đội hình 3 hàng ngang.  ***1.2. Khởi động***  - GV cho HS khởi động:  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  *1.2. Khởi động*  - Cự ly giãn cách một sải tay  - GV kết hợp với cán sự lớp hướng dẫn học sinh khởi động kỹ  - GV tổ chức, hướng dẫn và quản lí HS thực hiện các bài tập khởi động.  - GV hướng dẫn HS:  a. Khởi động chung:  + Xoay các khớp (H1)  + Các động tác căng cơ (H2)  b. Khởi chuyên môn:  + Các động tác di chuyển (H3)  + Các động tác khởi động với bóng (H4) | 6-8’ Phút  2lx 8n | \* Giáo viên chuyển giao nhiệm vụ.  - Khởi động chung: GV tập hợp lớp thành các hàng ngang, giãn cách một sải tay, đứng xen kẽ nhau. GV đếm nhịp và hướng dẫn cho cả lớp thực hiện các động tác khởi động xoay các khớp và căng cơ.  - Khởi chuyên môn: GV tập trung lớp thành các hàng dọc, cho HS lần lượt thực hiện các động tác di chuyển.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động.  - GV mời cả lớp cùng khởi động chung, khởi động chuyên môn.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động. | \* Học sinh tiếp nhận nhiệm vụ.  - HS cả lớp khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  C:\Users\Admin\AppData\Local\Packages\Microsoft.Windows.Photos_8wekyb3d8bbwe\TempState\ShareServiceTempFolder\1.jpeg  C:\Users\Admin\Desktop\2.png  C:\Users\Admin\Desktop\3.png  C:\Users\Admin\Desktop\4.png |
| **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới: (10-12’)**  a. Mục tiêu: Thông qua hoạt động, HS lắng nghe và nắm được phối hợp di chuyền chuyền bóng cao tay bằng hai tay trước mặt  b. Nội dung: GV giới thiệu, phân tích, thị phạm và lưu ý cho HS thực hiện phối hợp di chuyền chuyền bóng cao tay bằng hai tay trước mặt; HS lắng nghe, quan sát và thực hiện dưới sự hướng dẫn của GV.  c. Sản phẩm học tập: HS luyện tập đồng loạt phối hợp di chuyền chuyền bóng cao tay bằng hai tay trước mặt.  d. Tổ chức hoạt động: | | | |
| *\* Phối hợp di chuyền chuyền bóng cao tay bằng hai tay trước mặt:*  ***C:\Users\Admin\Desktop\2.png*** | 10-12’ | - GV làm mẫu theo các bước sau:  + Lần 1: Thực hiện toàn bộ kĩ thuật động tác  + Lần 2: Thực hiện lại động tác Kĩ thuật kết hợp mô tả, giải thích, phân tích kĩ thuật.  - GV cho HS thực hiện bài tập thử theo hình ảnh đã ghi nhớ.  - GV tổ chức cho HS đồng loạt luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV.  - GV theo dõi, hỗ trợ HS nếu cần thiết.  - GV chú ý nhấn mạnh các lỗi sai mà HS thường mắc khi thực hiện động tác. | - HS lắng nghe, quan sát GV giới thiệu, thị phạm kĩ thuật  - HS thực hiện đồng loạt dưới sự hướng dẫn của GV |
| **3. Hoạt động luyện tập:(** **18-20’)**  **a. Mục tiêu:** Thông qua hoạt động, HS củng cố lại kiến thức đã học về kĩ thuật  **b. Nội dung:**  - Bài tập về phối hợp di chuyền chuyền bóng cao tay bằng hai tay trước mặt  + Bài tập 1: Mô phỏng động tác di chuyển chuyền bóng cao tay  + Bài tập 2: Phối hợp di chuyển chuyển bóng vào tường  - Trò chơi: “Di chuyển tung bóng tiếp sức”  **c. Sản phẩm học tập:** HS luyện tập cá nhân, cặp đôi, nhóm kĩ thuật trên lớp và ở nhà.  **d. Tổ chức thực hiện** | | | |
| *Luyện tập phối hợp di chuyền chuyền bóng cao tay bằng hai tay trước mặt: Bài tập 1: Mô phỏng động tác di chuyển chuyền bóng cao tay:*  Người tập thực hiện mô phỏng các bước di chuyển (bước thường, bước lướt, bước chéo,..) tới vị trí quy định và thực hiện chuyền bóng cao tay không bóng.  *Bài tập 2: Phối hợp di chuyển chuyền bóng vào tường:*  Người tập đứng cách tưởng 2 – 3 m, thực hiện di chuyển chuyền bóng cao tay bằng hai tay trước mặt liên tục vào tường. | 14-15’ | \* Giao nhiệm vụ học tập cho cả lớp.  - GV tổ chức cho HS Tập luyện cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm với nhau, nên phân cặp có cùng trình độ (năng lực vận động, chiều cao,...), giới tính (nam tập với nam, nữ tập với nữ) để tránh chấn thương trong luyện tập.  - GV cần lưu ý điều chỉnh khoảng cách giữa hai HS cho phù hợp khi thực hiện các bài tập, khuyến khích HS giúp đỡ nhau sửa các lỗi sai khi cùng luyện tập.  - Sau mỗi lượt thực hiện, GV cần quan sát, lắng nghe những trao đổi, nhận xét của các HS đối với bạn cùng tập để kịp thời định hướng, điều chỉnh động tác của HS  - GV mời đại diện cặp đôi thực hiện động tác trước lớp.  - GV nhận xét, đánh giá, khuyến khích động viên HS. | \*Cả lớp nhận nhiệm vụ tập luyện.  - HS chủ động luyện tập cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm với nội dung theo sự hướng dẫn của GV.  Đội hình tập luyện cá nhân:          Đội hình tập luyện theo cặp:    ĐH tập luyện theo tổ  • • • • •  • ∇ •  • •  • •  • • |
| ***Trò chơi “Di chuyển tung bóng tiếp sức”*** | 3-5’ | - GV nêu tên trò chơi, phổ biến cách chơi luật chơi và hình thức thưởng phạt cho HS nắm được sau đó cho HS chơi thử rồi mới chơi chính thức. GV làm trọng tài. | - HS chơi trò chơi theo hướng dẫn của GV.  ***C:\Users\Admin\Desktop\1.png*** |
| 4. Hoạt động vận dụng:(2-3’) a. Mục tiêu: Củng cố lại kiến thức đã học.  b. Nội dung: GV trình bày vấn đề  c. Sản phẩm học tập: HS vận dụng được kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày | 2-3’ | - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. | - HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. |
| **5. Hoạt động kết thúc tiết học: (3-4’)** a. Mục tiêu: HS củng cố lại các kiến thức đã học.b. Nội dung: Thực hiện các động tác hồi tĩnh, ôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhà ôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhà. c.Sản phẩm:HS thực hiện được các động tác hồi tĩnh, tự giác ôn tập kiến thức kĩ thuật HS tự giác ôn tập kiến thức đã học. | | | |
| - Thả lỏng- hồi tĩnh: Hít thở nhẹ nhàng, rũ nhẹ tay chân, thả lỏng tích cực.  - Nhận xét-rút ra ưu khuyết điểm: GV nhận xét buổi tập, rút ra ưu khuyết điểm, phổ biến nội dung buổi học kế tiếp.  - Xuống lớp HS hô to “khoẻ” | 3-4’ | - Điều hành thả lỏng cơ bản  - Nhận xét đánh giá, chuẩn bị kiến thức, kết thúc tiết học  - Tập luyện thêm ở nhà | Đội hình xuống lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  GV 🚹 |

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)**

………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………….

|  |  |
| --- | --- |
| **Tuần: 14** | **Ngày soạn: …./…../2024** |
| **Tiết: 28** | **Ngày dạy: …./…../2024** |

**Chủ đề 3: Phối hợp kĩ thuật**

**Bài 2: Phối hợp di chuyền chuyền bóng cao tay bằng hai tay trước mặt**

**(Tiết 2)**

**I. MỤC TIÊU**

# 1. Kiến thức:

Sau bài học này, HS sẽ: Thực hiện được:

+ Bài tập 1: Mô phỏng động tác di chuyển chuyền bóng cao tay

+ Bài tập 2: Phối hợp di chuyển chuyển bóng vào tường

+ Bài tập 3: Chuyền bóng cao tay kết hợp di chuyển ngang

- Biết điều chỉnh, sửa các lỗi sai phối hợp di chuyền chuyền bóng cao tay bằng hai tay trước mặt trong môn bóng chuyền

**2. Về năng lực:**

# 2.1. Năng lực chung

# - Năng lực tự chủ và tự học: Giải quyết được những nhiệm vụ học tập một cách độc lập, theo cặp đôi, theo tổ, theo nhóm

# - Năng lực giao tiếp và hợp tác: Góp phần phát triển năng lực giao tiếp và hợp tác qua hoạt động trao đổi, thực hiện nhiệm vụ học tập với giáo viên.

# - Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo: Thông qua các hoạt động luyện tập, trò chơi, thi đấu, vận dụng linh hoạt các phương pháp, phân tích được động tác trong luyện tập, trong cuộc sống; phát hiện và nêu được tình huống có vấn đề để giải quyết phù hợp nhất.

# 2.2. Năng lực đặc thù

# - Năng lực chăm sóc sức khỏe: Hình thành thói quen tập luyện thường xuyên để phát triển nhân cách đức trí, thể mỹ.

- Năng lực vận động cơ bản: Thực hiện được phối hợp di chuyền chuyền bóng cao tay bằng hai tay trước mặt trong môn bóng chuyền.

- Năng lực hoạt động TDTT: Biết phối hợp với đồng đội trong quá trình tập luyện và thi đấu TDTT.

**3. Về phẩm chất:**

- Nghiêm túc, tích cực, chăm chỉ trong tập luyện, phối hợp với bạn cùng tập để hoàn thành bài tập và trò chơi vận động

- Thể hiện sự yêu thích môn học trong học tập và rèn luyện.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

**1. Đối với giáo viên**

* Giáo án, SGK, SGV Giáo dục thể chất 12 (Bóng chuyền).
* Hình ảnh minh họa có liên quan đến bài học
* Sân bóng chuyền, bóng chuyền, rổ đựng bóng, còi, cọc nhựa.
* Còi để điều khiển các hoạt động tập luyện.

**2. Đối với học sinh**

* SGK Giáo dục thể chất 12 (Bóng chuyền).
* Đồng phục thể dục, giày tập đúng quy định.

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **NỘI DUNG** | **Định lượng** | **PHƯƠNG PHÁP VÀ HÌNH THỨC TỔ CHỨC** | |
| **Hoạt động của GV** | **Hoạt động của HS** |
| 1. Hoạt động mở đầu: (6-8’) a. Mục tiêu: Tạo hứng thú cho HS, từng bước bước vào bài học.  b. Nội dung:  - GV cho HS khởi động chung, khởi động chuyên môn.  c. Sản phẩm học tập: HS khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| ***1.1. Nhận lớp***  Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  + Cán sự lớp báo cáo sĩ số và tình hình của lớp.  - Giáo viên nhận lớp với đội hình 3 hàng ngang.  ***1.2. Khởi động***  - GV cho HS khởi động:  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  *1.2. Khởi động*  - Cự ly giãn cách một sải tay  - GV kết hợp với cán sự lớp hướng dẫn học sinh khởi động kỹ  - GV tổ chức, hướng dẫn và quản lí HS thực hiện các bài tập khởi động.  - GV hướng dẫn HS:  a. Khởi động chung:  + Xoay các khớp (H1)  + Các động tác căng cơ (H2)  b. Khởi chuyên môn:  + Các động tác di chuyển (H3)  + Các động tác khởi động với bóng (H4) | 6-8’ Phút  2lx 8n | \* Giáo viên chuyển giao nhiệm vụ.  - Khởi động chung: GV tập hợp lớp thành các hàng ngang, giãn cách một sải tay, đứng xen kẽ nhau. GV đếm nhịp và hướng dẫn cho cả lớp thực hiện các động tác khởi động xoay các khớp và căng cơ.  - Khởi chuyên môn: GV tập trung lớp thành các hàng dọc, cho HS lần lượt thực hiện các động tác di chuyển.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động.  - GV mời cả lớp cùng khởi động chung, khởi động chuyên môn.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động. | \* Học sinh tiếp nhận nhiệm vụ.  - HS cả lớp khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  C:\Users\Admin\AppData\Local\Packages\Microsoft.Windows.Photos_8wekyb3d8bbwe\TempState\ShareServiceTempFolder\1.jpeg  C:\Users\Admin\Desktop\2.png  C:\Users\Admin\Desktop\3.png  C:\Users\Admin\Desktop\4.png |
| **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới: (0’)** | | | |
| **3. Hoạt động luyện tập:(** **28-30’)**  **a. Mục tiêu:** Thông qua hoạt động, HS củng cố lại kiến thức đã học về kĩ thuật  **b. Nội dung:**  - Bài tập về phối hợp di chuyền chuyền bóng cao tay bằng hai tay trước mặt  + Bài tập 1: Mô phỏng động tác di chuyển chuyền bóng cao tay  + Bài tập 2: Phối hợp di chuyển chuyển bóng vào tường  + Bài tập 3: Chuyền bóng cao tay kết hợp di chuyển ngang  **c. Sản phẩm học tập:** HS luyện tập cá nhân, cặp đôi, nhóm kĩ thuật trên lớp và ở nhà.  **d. Tổ chức thực hiện** | | | |
| *Luyện tập phối hợp di chuyền chuyền bóng cao tay bằng hai tay trước mặt: Bài tập 1: Mô phỏng động tác di chuyển chuyền bóng cao tay:*  Người tập thực hiện mô phỏng các bước di chuyển (bước thường, bước lướt, bước chéo,..) tới vị trí quy định và thực hiện chuyền bóng cao tay không bóng.  *Bài tập 2: Phối hợp di chuyển chuyền bóng vào tường:*  Người tập đứng cách tưởng 2 – 3 m, thực hiện di chuyển chuyền bóng cao tay bằng hai tay trước mặt liên tục vào tường.  *Bài tập 3: Chuyền bóng cao tay kết hợp di chuyển ngang:*  Từng cặp đôi đứng đối diện, cách nhau 2 – 3 m, thực hiện di chuyển ngang chuyền bóng cao tay liên tục qua lại. | 28-30’ | \* Giao nhiệm vụ học tập cho cả lớp.  - GV tổ chức cho HS Tập luyện cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm với nhau, nên phân cặp có cùng trình độ (năng lực vận động, chiều cao,...), giới tính (nam tập với nam, nữ tập với nữ) để tránh chấn thương trong luyện tập.  - GV cần lưu ý điều chỉnh khoảng cách giữa hai HS cho phù hợp khi thực hiện các bài tập, khuyến khích HS giúp đỡ nhau sửa các lỗi sai khi cùng luyện tập.  - Sau mỗi lượt thực hiện, GV cần quan sát, lắng nghe những trao đổi, nhận xét của các HS đối với bạn cùng tập để kịp thời định hướng, điều chỉnh động tác của HS  - GV mời đại diện cặp đôi thực hiện động tác trước lớp.  - GV nhận xét, đánh giá, khuyến khích động viên HS. | \*Cả lớp nhận nhiệm vụ tập luyện.  - HS chủ động luyện tập cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm với nội dung theo sự hướng dẫn của GV.  Đội hình tập luyện cá nhân:          Đội hình tập luyện theo cặp:    ĐH tập luyện theo tổ  • • • • •  • ∇ •  • •  • •  • • |
| 4. Hoạt động vận dụng:(2-3’) a. Mục tiêu: Củng cố lại kiến thức đã học.  b. Nội dung: GV trình bày vấn đề  c. Sản phẩm học tập: HS vận dụng được kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày | 2-3’ | - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. | - HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. |
| **5. Hoạt động kết thúc tiết học: (3-4’)** a. Mục tiêu: HS củng cố lại các kiến thức đã học.b. Nội dung: Thực hiện các động tác hồi tĩnh, ôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhà ôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhà. c.Sản phẩm:HS thực hiện được các động tác hồi tĩnh, tự giác ôn tập kiến thức kĩ thuật HS tự giác ôn tập kiến thức đã học. | | | |
| - Thả lỏng- hồi tĩnh: Hít thở nhẹ nhàng, rũ nhẹ tay chân, thả lỏng tích cực.  - Nhận xét-rút ra ưu khuyết điểm: GV nhận xét buổi tập, rút ra ưu khuyết điểm, phổ biến nội dung buổi học kế tiếp.  - Xuống lớp HS hô to “khoẻ” | 3-4’ | - Điều hành thả lỏng cơ bản  - Nhận xét đánh giá, chuẩn bị kiến thức, kết thúc tiết học  - Tập luyện thêm ở nhà | Đội hình xuống lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  GV 🚹 |

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)**

………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………….

|  |  |
| --- | --- |
| **Tuần: 15** | **Ngày soạn: …./…../2024** |
| **Tiết: 29** | **Ngày dạy: …./…../2024** |

**Chủ đề 3: Phối hợp kĩ thuật**

**Bài 2: Phối hợp di chuyền chuyền bóng cao tay bằng hai tay trước mặt**

**(Tiết 3)**

**I. MỤC TIÊU**

# 1. Kiến thức:

Sau bài học này, HS sẽ: Thực hiện được:

+ Bài tập 3: Chuyền bóng cao tay kết hợp di chuyển ngang

+ Bài tập 4: Di chuyển tiến – lùi kết hợp chuyền bóng thấp tay

- Trò chơi: “Chuyền bóng cao tay tiếp sức”

- Biết điều chỉnh, sửa các lỗi sai phối hợp di chuyền chuyền bóng cao tay bằng hai tay trước mặt trong môn bóng chuyền

**2. Về năng lực:**

# 2.1. Năng lực chung

# - Năng lực tự chủ và tự học: Giải quyết được những nhiệm vụ học tập một cách độc lập, theo cặp đôi, theo tổ, theo nhóm

# - Năng lực giao tiếp và hợp tác: Góp phần phát triển năng lực giao tiếp và hợp tác qua hoạt động trao đổi, thực hiện nhiệm vụ học tập với giáo viên.

# - Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo: Thông qua các hoạt động luyện tập, trò chơi, thi đấu, vận dụng linh hoạt các phương pháp, phân tích được động tác trong luyện tập, trong cuộc sống; phát hiện và nêu được tình huống có vấn đề để giải quyết phù hợp nhất.

# 2.2. Năng lực đặc thù

# - Năng lực chăm sóc sức khỏe: Hình thành thói quen tập luyện thường xuyên để phát triển nhân cách đức trí, thể mỹ.

- Năng lực vận động cơ bản: Thực hiện được phối hợp di chuyền chuyền bóng cao tay bằng hai tay trước mặt trong môn bóng chuyền.

- Năng lực hoạt động TDTT: Biết phối hợp với đồng đội trong quá trình tập luyện và thi đấu TDTT.

**3. Về phẩm chất:**

- Nghiêm túc, tích cực, chăm chỉ trong tập luyện, phối hợp với bạn cùng tập để hoàn thành bài tập và trò chơi vận động

- Thể hiện sự yêu thích môn học trong học tập và rèn luyện.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

**1. Đối với giáo viên**

* Giáo án, SGK, SGV Giáo dục thể chất 12 (Bóng chuyền).
* Hình ảnh minh họa có liên quan đến bài học
* Sân bóng chuyền, bóng chuyền, rổ đựng bóng, còi, cọc nhựa.
* Còi để điều khiển các hoạt động tập luyện.

**2. Đối với học sinh**

* SGK Giáo dục thể chất 12 (Bóng chuyền).
* Đồng phục thể dục, giày tập đúng quy định.

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **NỘI DUNG** | **Định lượng** | **PHƯƠNG PHÁP VÀ HÌNH THỨC TỔ CHỨC** | |
| **Hoạt động của GV** | **Hoạt động của HS** |
| 1. Hoạt động mở đầu: (6-8’) a. Mục tiêu: Tạo hứng thú cho HS, từng bước bước vào bài học.  b. Nội dung:  - GV cho HS khởi động chung, khởi động chuyên môn.  c. Sản phẩm học tập: HS khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| ***1.1. Nhận lớp***  Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  + Cán sự lớp báo cáo sĩ số và tình hình của lớp.  - Giáo viên nhận lớp với đội hình 3 hàng ngang.  ***1.2. Khởi động***  - GV cho HS khởi động:  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  *1.2. Khởi động*  - Cự ly giãn cách một sải tay  - GV kết hợp với cán sự lớp hướng dẫn học sinh khởi động kỹ  - GV tổ chức, hướng dẫn và quản lí HS thực hiện các bài tập khởi động.  - GV hướng dẫn HS:  a. Khởi động chung:  + Xoay các khớp (H1)  + Các động tác căng cơ (H2)  b. Khởi chuyên môn:  + Các động tác di chuyển (H3)  + Các động tác khởi động với bóng (H4) | 6-8’ Phút  2lx 8n | \* Giáo viên chuyển giao nhiệm vụ.  - Khởi động chung: GV tập hợp lớp thành các hàng ngang, giãn cách một sải tay, đứng xen kẽ nhau. GV đếm nhịp và hướng dẫn cho cả lớp thực hiện các động tác khởi động xoay các khớp và căng cơ.  - Khởi chuyên môn: GV tập trung lớp thành các hàng dọc, cho HS lần lượt thực hiện các động tác di chuyển.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động.  - GV mời cả lớp cùng khởi động chung, khởi động chuyên môn.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động. | \* Học sinh tiếp nhận nhiệm vụ.  - HS cả lớp khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  C:\Users\Admin\AppData\Local\Packages\Microsoft.Windows.Photos_8wekyb3d8bbwe\TempState\ShareServiceTempFolder\1.jpeg  C:\Users\Admin\Desktop\2.png  C:\Users\Admin\Desktop\3.png  C:\Users\Admin\Desktop\4.png |
| **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới: (0’)** | | | |
| **3. Hoạt động luyện tập:(** **28-30’)**  **a. Mục tiêu:** Thông qua hoạt động, HS củng cố lại kiến thức đã học về kĩ thuật  **b. Nội dung:**  - Bài tập về phối hợp di chuyền chuyền bóng cao tay bằng hai tay trước mặt  + Bài tập 3: Chuyền bóng cao tay kết hợp di chuyển ngang  + Bài tập 4: Di chuyển tiến – lùi kết hợp chuyền bóng thấp tay  - Trò chơi: “Chuyền bóng cao tay tiếp sức”  **c. Sản phẩm học tập:** HS luyện tập cá nhân, cặp đôi, nhóm kĩ thuật trên lớp và ở nhà.  **d. Tổ chức thực hiện** | | | |
| *Luyện tập phối hợp di chuyền chuyền bóng cao tay bằng hai tay trước mặt:*  *Bài tập 3: Chuyền bóng cao tay kết hợp di chuyển ngang:*  Từng cặp đôi đứng đối diện, cách nhau 2 – 3 m, thực hiện di chuyển ngang chuyền bóng cao tay liên tục qua lại.  *Bài tập 4: Di chuyển tiến - lùi kết hợp chuyền bóng cao tay:*  Người tập di chuyển tiến về phía trước để thực hiện chuyển bóng cao tay bằng hai tay trước mặt do bạn cùng tập tung rồi nhanh chóng lùi về vị trí ban đầu (H.11).  ***C:\Users\Admin\Desktop\3.png*** | 23-25’ | \* Giao nhiệm vụ học tập cho cả lớp.  - GV tổ chức cho HS Tập luyện cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm với nhau, nên phân cặp có cùng trình độ (năng lực vận động, chiều cao,...), giới tính (nam tập với nam, nữ tập với nữ) để tránh chấn thương trong luyện tập.  - GV cần lưu ý điều chỉnh khoảng cách giữa hai HS cho phù hợp khi thực hiện các bài tập, khuyến khích HS giúp đỡ nhau sửa các lỗi sai khi cùng luyện tập.  - Sau mỗi lượt thực hiện, GV cần quan sát, lắng nghe những trao đổi, nhận xét của các HS đối với bạn cùng tập để kịp thời định hướng, điều chỉnh động tác của HS  - GV mời đại diện cặp đôi thực hiện động tác trước lớp.  - GV nhận xét, đánh giá, khuyến khích động viên HS. | \*Cả lớp nhận nhiệm vụ tập luyện.  - HS chủ động luyện tập cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm với nội dung theo sự hướng dẫn của GV.  Đội hình tập luyện cá nhân:          Đội hình tập luyện theo cặp:    ĐH tập luyện theo tổ  • • • • •  • ∇ •  • •  • •  • • |
| ***Trò chơi: “Chuyền bóng cao tay tiếp sức”*** | 3-5’ | - GV nêu tên trò chơi, phổ biến cách chơi luật chơi và hình thức thưởng phạt cho HS nắm được sau đó cho HS chơi thử rồi mới chơi chính thức. GV làm trọng tài. | - HS chơi trò chơi theo hướng dẫn của GV.  ***C:\Users\Admin\Desktop\7.png*** |
| 4. Hoạt động vận dụng:(2-3’) a. Mục tiêu: Củng cố lại kiến thức đã học.  b. Nội dung: GV trình bày vấn đề  c. Sản phẩm học tập: HS vận dụng được kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày | 2-3’ | - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. | - HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. |
| **5. Hoạt động kết thúc tiết học: (3-4’)** a. Mục tiêu: HS củng cố lại các kiến thức đã học.b. Nội dung: Thực hiện các động tác hồi tĩnh, ôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhà ôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhà. c.Sản phẩm:HS thực hiện được các động tác hồi tĩnh, tự giác ôn tập kiến thức kĩ thuật HS tự giác ôn tập kiến thức đã học. | | | |
| - Thả lỏng- hồi tĩnh: Hít thở nhẹ nhàng, rũ nhẹ tay chân, thả lỏng tích cực.  - Nhận xét-rút ra ưu khuyết điểm: GV nhận xét buổi tập, rút ra ưu khuyết điểm, phổ biến nội dung buổi học kế tiếp.  - Xuống lớp HS hô to “khoẻ” | 3-4’ | - Điều hành thả lỏng cơ bản  - Nhận xét đánh giá, chuẩn bị kiến thức, kết thúc tiết học  - Tập luyện thêm ở nhà | Đội hình xuống lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  GV 🚹 |

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)**

………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………….

|  |  |
| --- | --- |
| **Tuần: 15** | **Ngày soạn: …./…../2024** |
| **Tiết: 30** | **Ngày dạy: …./…../2024** |

**Chủ đề 3: Phối hợp kĩ thuật**

**Bài 2: Phối hợp di chuyền chuyền bóng cao tay bằng hai tay trước mặt**

**(Tiết 4)**

**I. MỤC TIÊU**

# 1. Kiến thức:

Sau bài học này, HS sẽ: Thực hiện được:

+ Bài tập 3: Chuyền bóng cao tay kết hợp di chuyển ngang

+ Bài tập 4: Di chuyển tiến – lùi kết hợp chuyền bóng thấp tay

+ Bài tập 5: Di chuyển các vị trí chuyền bóng cao tay

- Biết điều chỉnh, sửa các lỗi sai phối hợp di chuyền chuyền bóng cao tay bằng hai tay trước mặt trong môn bóng chuyền

**2. Về năng lực:**

# 2.1. Năng lực chung

# - Năng lực tự chủ và tự học: Giải quyết được những nhiệm vụ học tập một cách độc lập, theo cặp đôi, theo tổ, theo nhóm

# - Năng lực giao tiếp và hợp tác: Góp phần phát triển năng lực giao tiếp và hợp tác qua hoạt động trao đổi, thực hiện nhiệm vụ học tập với giáo viên.

# - Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo: Thông qua các hoạt động luyện tập, trò chơi, thi đấu, vận dụng linh hoạt các phương pháp, phân tích được động tác trong luyện tập, trong cuộc sống; phát hiện và nêu được tình huống có vấn đề để giải quyết phù hợp nhất.

# 2.2. Năng lực đặc thù

# - Năng lực chăm sóc sức khỏe: Hình thành thói quen tập luyện thường xuyên để phát triển nhân cách đức trí, thể mỹ.

- Năng lực vận động cơ bản: Thực hiện được phối hợp di chuyền chuyền bóng cao tay bằng hai tay trước mặt trong môn bóng chuyền.

- Năng lực hoạt động TDTT: Biết phối hợp với đồng đội trong quá trình tập luyện và thi đấu TDTT.

**3. Về phẩm chất:**

- Nghiêm túc, tích cực, chăm chỉ trong tập luyện, phối hợp với bạn cùng tập để hoàn thành bài tập và trò chơi vận động

- Thể hiện sự yêu thích môn học trong học tập và rèn luyện.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

**1. Đối với giáo viên**

* Giáo án, SGK, SGV Giáo dục thể chất 12 (Bóng chuyền).
* Hình ảnh minh họa có liên quan đến bài học
* Sân bóng chuyền, bóng chuyền, rổ đựng bóng, còi, cọc nhựa.
* Còi để điều khiển các hoạt động tập luyện.

**2. Đối với học sinh**

* SGK Giáo dục thể chất 12(Bóng chuyền).
* Đồng phục thể dục, giày tập đúng quy định.

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **NỘI DUNG** | **Định lượng** | **PHƯƠNG PHÁP VÀ HÌNH THỨC TỔ CHỨC** | |
| **Hoạt động của GV** | **Hoạt động của HS** |
| 1. Hoạt động mở đầu: (6-8’) a. Mục tiêu: Tạo hứng thú cho HS, từng bước bước vào bài học.  b. Nội dung:  - GV cho HS khởi động chung, khởi động chuyên môn.  c. Sản phẩm học tập: HS khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| ***1.1. Nhận lớp***  Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  + Cán sự lớp báo cáo sĩ số và tình hình của lớp.  - Giáo viên nhận lớp với đội hình 3 hàng ngang.  ***1.2. Khởi động***  - GV cho HS khởi động:  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  *1.2. Khởi động*  - Cự ly giãn cách một sải tay  - GV kết hợp với cán sự lớp hướng dẫn học sinh khởi động kỹ  - GV tổ chức, hướng dẫn và quản lí HS thực hiện các bài tập khởi động.  - GV hướng dẫn HS:  a. Khởi động chung:  + Xoay các khớp (H1)  + Các động tác căng cơ (H2)  b. Khởi chuyên môn:  + Các động tác di chuyển (H3)  + Các động tác khởi động với bóng (H4) | 6-8’ Phút  2lx 8n | \* Giáo viên chuyển giao nhiệm vụ.  - Khởi động chung: GV tập hợp lớp thành các hàng ngang, giãn cách một sải tay, đứng xen kẽ nhau. GV đếm nhịp và hướng dẫn cho cả lớp thực hiện các động tác khởi động xoay các khớp và căng cơ.  - Khởi chuyên môn: GV tập trung lớp thành các hàng dọc, cho HS lần lượt thực hiện các động tác di chuyển.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động.  - GV mời cả lớp cùng khởi động chung, khởi động chuyên môn.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động. | \* Học sinh tiếp nhận nhiệm vụ.  - HS cả lớp khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  C:\Users\Admin\AppData\Local\Packages\Microsoft.Windows.Photos_8wekyb3d8bbwe\TempState\ShareServiceTempFolder\1.jpeg  C:\Users\Admin\Desktop\2.png  C:\Users\Admin\Desktop\3.png  C:\Users\Admin\Desktop\4.png |
| **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới: (0’)** | | | |
| **3. Hoạt động luyện tập:(** **28-30’)**  **a. Mục tiêu:** Thông qua hoạt động, HS củng cố lại kiến thức đã học về kĩ thuật  **b. Nội dung:**  - Bài tập về phối hợp di chuyền chuyền bóng cao tay bằng hai tay trước mặt  + Bài tập 3: Chuyền bóng cao tay kết hợp di chuyển ngang  + Bài tập 4: Di chuyển tiến – lùi kết hợp chuyền bóng thấp tay  + Bài tập 5: Di chuyển các vị trí chuyền bóng cao tay  **c. Sản phẩm học tập:** HS luyện tập cá nhân, cặp đôi, nhóm kĩ thuật trên lớp và ở nhà.  **d. Tổ chức thực hiện** | | | |
| *Luyện tập phối hợp di chuyền chuyền bóng cao tay bằng hai tay trước mặt:*  *Bài tập 3: Chuyền bóng cao tay kết hợp di chuyển ngang:*  Từng cặp đôi đứng đối diện, cách nhau 2 – 3 m, thực hiện di chuyển ngang chuyền bóng cao tay liên tục qua lại.  *Bài tập 4: Di chuyển tiến - lùi kết hợp chuyền bóng cao tay:*  Người tập di chuyển tiến về phía trước để thực hiện chuyển bóng cao tay bằng hai tay trước mặt do bạn cùng tập tung rồi nhanh chóng lùi về vị trí ban đầu (H.11).  ***C:\Users\Admin\Desktop\3.png***  Bài tập 5: Di chuyển các vị trí chuyền bóng cao tay:  Người tập di chuyển các vị trí trên sân bóng chuyền để chuyền bóng cao tay do bạn cùng tập tung đến (H.12). | 28-30’ | \* Giao nhiệm vụ học tập cho cả lớp.  - GV tổ chức cho HS Tập luyện cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm với nhau, nên phân cặp có cùng trình độ (năng lực vận động, chiều cao,...), giới tính (nam tập với nam, nữ tập với nữ) để tránh chấn thương trong luyện tập.  - GV cần lưu ý điều chỉnh khoảng cách giữa hai HS cho phù hợp khi thực hiện các bài tập, khuyến khích HS giúp đỡ nhau sửa các lỗi sai khi cùng luyện tập.  - Sau mỗi lượt thực hiện, GV cần quan sát, lắng nghe những trao đổi, nhận xét của các HS đối với bạn cùng tập để kịp thời định hướng, điều chỉnh động tác của HS  - GV mời đại diện cặp đôi thực hiện động tác trước lớp.  - GV nhận xét, đánh giá, khuyến khích động viên HS. | \*Cả lớp nhận nhiệm vụ tập luyện.  - HS chủ động luyện tập cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm với nội dung theo sự hướng dẫn của GV.  Đội hình tập luyện cá nhân:          Đội hình tập luyện theo cặp:    ĐH tập luyện theo tổ  • • • • •  • ∇ •  • •  • •  • •  ***C:\Users\Admin\Desktop\4.png*** |
| 4. Hoạt động vận dụng:(2-3’) a. Mục tiêu: Củng cố lại kiến thức đã học.  b. Nội dung: GV trình bày vấn đề  c. Sản phẩm học tập: HS vận dụng được kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày | 2-3’ | - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. | - HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. |
| **5. Hoạt động kết thúc tiết học: (3-4’)** a. Mục tiêu: HS củng cố lại các kiến thức đã học.b. Nội dung: Thực hiện các động tác hồi tĩnh, ôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhà ôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhà. c.Sản phẩm:HS thực hiện được các động tác hồi tĩnh, tự giác ôn tập kiến thức kĩ thuật HS tự giác ôn tập kiến thức đã học. | | | |
| - Thả lỏng- hồi tĩnh: Hít thở nhẹ nhàng, rũ nhẹ tay chân, thả lỏng tích cực.  - Nhận xét-rút ra ưu khuyết điểm: GV nhận xét buổi tập, rút ra ưu khuyết điểm, phổ biến nội dung buổi học kế tiếp.  - Xuống lớp HS hô to “khoẻ” | 3-4’ | - Điều hành thả lỏng cơ bản  - Nhận xét đánh giá, chuẩn bị kiến thức, kết thúc tiết học  - Tập luyện thêm ở nhà | Đội hình xuống lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  GV 🚹 |

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)**

………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………….

|  |  |
| --- | --- |
| **Tuần: 16** | **Ngày soạn: …./…../2024** |
| **Tiết: 31** | **Ngày dạy: …./…../2024** |

**Chủ đề 3: Phối hợp kĩ thuật**

**Bài 2: Phối hợp di chuyền chuyền bóng cao tay bằng hai tay trước mặt**

**(Tiết 5)**

**I. MỤC TIÊU**

# 1. Kiến thức:

Sau bài học này, HS sẽ: Thực hiện được:

+ Bài tập 4: Di chuyển tiến – lùi kết hợp chuyền bóng thấp tay

+ Bài tập 5: Di chuyển các vị trí chuyền bóng cao tay

+ Bài tập 6: Di chuyển chuyển bóng cao tay gần lưới

- Trò chơi: “Chuyền bóng cao tay tiếp sức”

- Biết điều chỉnh, sửa các lỗi sai phối hợp di chuyền chuyền bóng cao tay bằng hai tay trước mặt trong môn bóng chuyền

**2. Về năng lực:**

# 2.1. Năng lực chung

# - Năng lực tự chủ và tự học: Giải quyết được những nhiệm vụ học tập một cách độc lập, theo cặp đôi, theo tổ, theo nhóm

# - Năng lực giao tiếp và hợp tác: Góp phần phát triển năng lực giao tiếp và hợp tác qua hoạt động trao đổi, thực hiện nhiệm vụ học tập với giáo viên.

# - Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo: Thông qua các hoạt động luyện tập, trò chơi, thi đấu, vận dụng linh hoạt các phương pháp, phân tích được động tác trong luyện tập, trong cuộc sống; phát hiện và nêu được tình huống có vấn đề để giải quyết phù hợp nhất.

# 2.2. Năng lực đặc thù

# - Năng lực chăm sóc sức khỏe: Hình thành thói quen tập luyện thường xuyên để phát triển nhân cách đức trí, thể mỹ.

- Năng lực vận động cơ bản: Thực hiện được phối hợp di chuyền chuyền bóng cao tay bằng hai tay trước mặt trong môn bóng chuyền.

- Năng lực hoạt động TDTT: Biết phối hợp với đồng đội trong quá trình tập luyện và thi đấu TDTT.

**3. Về phẩm chất:**

- Nghiêm túc, tích cực, chăm chỉ trong tập luyện, phối hợp với bạn cùng tập để hoàn thành bài tập và trò chơi vận động

- Thể hiện sự yêu thích môn học trong học tập và rèn luyện.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

**1. Đối với giáo viên**

* Giáo án, SGK, SGV Giáo dục thể chất 12 (Bóng chuyền).
* Hình ảnh minh họa có liên quan đến bài học
* Sân bóng chuyền, bóng chuyền, rổ đựng bóng, còi, cọc nhựa.
* Còi để điều khiển các hoạt động tập luyện.

**2. Đối với học sinh**

* SGK Giáo dục thể chất 12 (Bóng chuyền).
* Đồng phục thể dục, giày tập đúng quy định.

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **NỘI DUNG** | **Định lượng** | **PHƯƠNG PHÁP VÀ HÌNH THỨC TỔ CHỨC** | |
| **Hoạt động của GV** | **Hoạt động của HS** |
| 1. Hoạt động mở đầu: (6-8’) a. Mục tiêu: Tạo hứng thú cho HS, từng bước bước vào bài học.  b. Nội dung:  - GV cho HS khởi động chung, khởi động chuyên môn.  c. Sản phẩm học tập: HS khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| ***1.1. Nhận lớp***  Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  + Cán sự lớp báo cáo sĩ số và tình hình của lớp.  - Giáo viên nhận lớp với đội hình 3 hàng ngang.  ***1.2. Khởi động***  - GV cho HS khởi động:  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  *1.2. Khởi động*  - Cự ly giãn cách một sải tay  - GV kết hợp với cán sự lớp hướng dẫn học sinh khởi động kỹ  - GV tổ chức, hướng dẫn và quản lí HS thực hiện các bài tập khởi động.  - GV hướng dẫn HS:  a. Khởi động chung:  + Xoay các khớp (H1)  + Các động tác căng cơ (H2)  b. Khởi chuyên môn:  + Các động tác di chuyển (H3)  + Các động tác khởi động với bóng (H4) | 6-8’ Phút  2lx 8n | \* Giáo viên chuyển giao nhiệm vụ.  - Khởi động chung: GV tập hợp lớp thành các hàng ngang, giãn cách một sải tay, đứng xen kẽ nhau. GV đếm nhịp và hướng dẫn cho cả lớp thực hiện các động tác khởi động xoay các khớp và căng cơ.  - Khởi chuyên môn: GV tập trung lớp thành các hàng dọc, cho HS lần lượt thực hiện các động tác di chuyển.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động.  - GV mời cả lớp cùng khởi động chung, khởi động chuyên môn.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động. | \* Học sinh tiếp nhận nhiệm vụ.  - HS cả lớp khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  C:\Users\Admin\AppData\Local\Packages\Microsoft.Windows.Photos_8wekyb3d8bbwe\TempState\ShareServiceTempFolder\1.jpeg  C:\Users\Admin\Desktop\2.png  C:\Users\Admin\Desktop\3.png  C:\Users\Admin\Desktop\4.png |
| **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới: (0’)** | | | |
| **3. Hoạt động luyện tập:(** **28-30’)**  **a. Mục tiêu:** Thông qua hoạt động, HS củng cố lại kiến thức đã học về kĩ thuật  **b. Nội dung:**  - Bài tập về phối hợp di chuyền chuyền bóng cao tay bằng hai tay trước mặt  + Bài tập 4: Di chuyển tiến – lùi kết hợp chuyền bóng thấp tay  + Bài tập 5: Di chuyển các vị trí chuyền bóng cao tay  + Bài tập 6: Di chuyển chuyển bóng cao tay gần lưới  - Trò chơi: “Chuyền bóng cao tay tiếp sức”  **c. Sản phẩm học tập:** HS luyện tập cá nhân, cặp đôi, nhóm kĩ thuật trên lớp và ở nhà.  **d. Tổ chức thực hiện** | | | |
| *Luyện tập phối hợp di chuyền chuyền bóng cao tay bằng hai tay trước mặt:*  *Bài tập 4: Di chuyển tiến - lùi kết hợp chuyền bóng cao tay:*  Người tập di chuyển tiến về phía trước để thực hiện chuyển bóng cao tay bằng hai tay trước mặt do bạn cùng tập tung rồi nhanh chóng lùi về vị trí ban đầu (H.11).  ***C:\Users\Admin\Desktop\3.png***  Bài tập 5: Di chuyển các vị trí chuyền bóng cao tay:  Người tập di chuyển các vị trí trên sân bóng chuyền để chuyền bóng cao tay do bạn cùng tập tung đến (H.12).  *Bài tập 6: Di chuyển chuyển bóng cao tay gần lưới:*  Người tập đứng sau vạch 3 m, thực hiện di chuyển nhanh về khu vực gần lưới để thực hiện chuyển bóng cao tay sao cho bóng lên cao và không để bóng chạm lưới hoặc qua sân đối phương (H.13). | 23-25’ | \* Giao nhiệm vụ học tập cho cả lớp.  - GV tổ chức cho HS Tập luyện cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm với nhau, nên phân cặp có cùng trình độ (năng lực vận động, chiều cao,...), giới tính (nam tập với nam, nữ tập với nữ) để tránh chấn thương trong luyện tập.  - GV cần lưu ý điều chỉnh khoảng cách giữa hai HS cho phù hợp khi thực hiện các bài tập, khuyến khích HS giúp đỡ nhau sửa các lỗi sai khi cùng luyện tập.  - Sau mỗi lượt thực hiện, GV cần quan sát, lắng nghe những trao đổi, nhận xét của các HS đối với bạn cùng tập để kịp thời định hướng, điều chỉnh động tác của HS  - GV mời đại diện cặp đôi thực hiện động tác trước lớp.  - GV nhận xét, đánh giá, khuyến khích động viên HS. | \*Cả lớp nhận nhiệm vụ tập luyện.  - HS chủ động luyện tập cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm với nội dung theo sự hướng dẫn của GV.  Đội hình tập luyện cá nhân:          Đội hình tập luyện theo cặp:    ĐH tập luyện theo tổ  • • • • •  • ∇ •  • •  • •  • •  ***C:\Users\Admin\Desktop\4.png***  ***C:\Users\Admin\Desktop\5.png*** |
| ***Trò chơi: “Chuyền bóng cao tay tiếp sức”*** | 3-5’ | - GV nêu tên trò chơi, phổ biến cách chơi luật chơi và hình thức thưởng phạt cho HS nắm được sau đó cho HS chơi thử rồi mới chơi chính thức. GV làm trọng tài. | - HS chơi trò chơi theo hướng dẫn của GV.  ***C:\Users\Admin\Desktop\7.png*** |
| 4. Hoạt động vận dụng:(2-3’) a. Mục tiêu: Củng cố lại kiến thức đã học.  b. Nội dung: GV trình bày vấn đề  c. Sản phẩm học tập: HS vận dụng được kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày | 2-3’ | - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. | - HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. |
| **5. Hoạt động kết thúc tiết học: (3-4’)** a. Mục tiêu: HS củng cố lại các kiến thức đã học.b. Nội dung: Thực hiện các động tác hồi tĩnh, ôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhà ôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhà. c.Sản phẩm:HS thực hiện được các động tác hồi tĩnh, tự giác ôn tập kiến thức kĩ thuật HS tự giác ôn tập kiến thức đã học. | | | |
| - Thả lỏng- hồi tĩnh:Hít thở nhẹ nhàng, rũ nhẹ tay chân, thả lỏng tích cực.  - Nhận xét-rút ra ưu khuyết điểm: GV nhận xét buổi tập, rút ra ưu khuyết điểm, phổ biến nội dung buổi học kế tiếp.  - Xuống lớp HS hô to “khoẻ” | 3-4’ | - Điều hành thả lỏng cơ bản  - Nhận xét đánh giá, chuẩn bị kiến thức, kết thúc tiết học  - Tập luyện thêm ở nhà | Đội hình xuống lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  GV 🚹 |

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)**

………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………….

|  |  |
| --- | --- |
| **Tuần: 16** | **Ngày soạn: …./…../2024** |
| **Tiết: 32** | **Ngày dạy: …./…../2024** |

**Chủ đề 3: Phối hợp kĩ thuật**

**Bài 2: Phối hợp di chuyền chuyền bóng cao tay bằng hai tay trước mặt**

**(Tiết 6)**

**I. MỤC TIÊU**

# 1. Kiến thức:

Sau bài học này, HS sẽ: Thực hiện được:

+ Bài tập 5: Di chuyển các vị trí chuyền bóng cao tay

+ Bài tập 6: Di chuyển chuyển bóng cao tay gần lưới

+ Bài tập 7: Di chuyển chuyền bóng cao tay dọc lưới

- Biết điều chỉnh, sửa các lỗi sai phối hợp di chuyền chuyền bóng cao tay bằng hai tay trước mặt trong môn bóng chuyền

**2. Về năng lực:**

# 2.1. Năng lực chung

# - Năng lực tự chủ và tự học: Giải quyết được những nhiệm vụ học tập một cách độc lập, theo cặp đôi, theo tổ, theo nhóm

# - Năng lực giao tiếp và hợp tác: Góp phần phát triển năng lực giao tiếp và hợp tác qua hoạt động trao đổi, thực hiện nhiệm vụ học tập với giáo viên.

# - Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo: Thông qua các hoạt động luyện tập, trò chơi, thi đấu, vận dụng linh hoạt các phương pháp, phân tích được động tác trong luyện tập, trong cuộc sống; phát hiện và nêu được tình huống có vấn đề để giải quyết phù hợp nhất.

# 2.2. Năng lực đặc thù

# - Năng lực chăm sóc sức khỏe: Hình thành thói quen tập luyện thường xuyên để phát triển nhân cách đức trí, thể mỹ.

- Năng lực vận động cơ bản: Thực hiện được phối hợp di chuyền chuyền bóng cao tay bằng hai tay trước mặt trong môn bóng chuyền.

- Năng lực hoạt động TDTT: Biết phối hợp với đồng đội trong quá trình tập luyện và thi đấu TDTT.

**3. Về phẩm chất:**

- Nghiêm túc, tích cực, chăm chỉ trong tập luyện, phối hợp với bạn cùng tập để hoàn thành bài tập và trò chơi vận động

- Thể hiện sự yêu thích môn học trong học tập và rèn luyện.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

**1. Đối với giáo viên**

* Giáo án, SGK, SGV Giáo dục thể chất 12 (Bóng chuyền).
* Hình ảnh minh họa có liên quan đến bài học
* Sân bóng chuyền, bóng chuyền, rổ đựng bóng, còi, cọc nhựa.
* Còi để điều khiển các hoạt động tập luyện.

**2. Đối với học sinh**

* SGK Giáo dục thể chất 12 (Bóng chuyền).
* Đồng phục thể dục, giày tập đúng quy định.

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **NỘI DUNG** | **Định lượng** | **PHƯƠNG PHÁP VÀ HÌNH THỨC TỔ CHỨC** | |
| **Hoạt động của GV** | **Hoạt động của HS** |
| 1. Hoạt động mở đầu: (6-8’) a. Mục tiêu: Tạo hứng thú cho HS, từng bước bước vào bài học.  b. Nội dung:  - GV cho HS khởi động chung, khởi động chuyên môn.  c. Sản phẩm học tập: HS khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| ***1.1. Nhận lớp***  Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  + Cán sự lớp báo cáo sĩ số và tình hình của lớp.  - Giáo viên nhận lớp với đội hình 3 hàng ngang.  ***1.2. Khởi động***  - GV cho HS khởi động:  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  *1.2. Khởi động*  - Cự ly giãn cách một sải tay  - GV kết hợp với cán sự lớp hướng dẫn học sinh khởi động kỹ  - GV tổ chức, hướng dẫn và quản lí HS thực hiện các bài tập khởi động.  - GV hướng dẫn HS:  a. Khởi động chung:  + Xoay các khớp (H1)  + Các động tác căng cơ (H2)  b. Khởi chuyên môn:  + Các động tác di chuyển (H3)  + Các động tác khởi động với bóng (H4) | 6-8’ Phút  2lx 8n | \* Giáo viên chuyển giao nhiệm vụ.  - Khởi động chung: GV tập hợp lớp thành các hàng ngang, giãn cách một sải tay, đứng xen kẽ nhau. GV đếm nhịp và hướng dẫn cho cả lớp thực hiện các động tác khởi động xoay các khớp và căng cơ.  - Khởi chuyên môn: GV tập trung lớp thành các hàng dọc, cho HS lần lượt thực hiện các động tác di chuyển.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động.  - GV mời cả lớp cùng khởi động chung, khởi động chuyên môn.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động. | \* Học sinh tiếp nhận nhiệm vụ.  - HS cả lớp khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  C:\Users\Admin\AppData\Local\Packages\Microsoft.Windows.Photos_8wekyb3d8bbwe\TempState\ShareServiceTempFolder\1.jpeg  C:\Users\Admin\Desktop\2.png  C:\Users\Admin\Desktop\3.png  C:\Users\Admin\Desktop\4.png |
| **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới: (0’)** | | | |
| **3. Hoạt động luyện tập:(** **28-30’)**  **a. Mục tiêu:** Thông qua hoạt động, HS củng cố lại kiến thức đã học về kĩ thuật  **b. Nội dung:**  - Bài tập về phối hợp di chuyền chuyền bóng cao tay bằng hai tay trước mặt  + Bài tập 5: Di chuyển các vị trí chuyền bóng cao tay  + Bài tập 6: Di chuyển chuyển bóng cao tay gần lưới  + Bài tập 7: Di chuyển chuyền bóng cao tay dọc lưới  **c. Sản phẩm học tập:** HS luyện tập cá nhân, cặp đôi, nhóm kĩ thuật trên lớp và ở nhà.  **d. Tổ chức thực hiện** | | | |
| *Luyện tập phối hợp di chuyền chuyền bóng cao tay bằng hai tay trước mặt:*  Bài tập 5: Di chuyển các vị trí chuyền bóng cao tay:  Người tập di chuyển các vị trí trên sân bóng chuyền để chuyền bóng cao tay do bạn cùng tập tung đến (H.12).  *Bài tập 6: Di chuyển chuyển bóng cao tay gần lưới:*  Người tập đứng sau vạch 3 m, thực hiện di chuyển nhanh về khu vực gần lưới để thực hiện chuyển bóng cao tay sao cho bóng lên cao và không để bóng chạm lưới hoặc qua sân đối phương (H.13).  *Bài tập 7: Di chuyển chuyền bóng cao tay dọc lưới:*  Người tập chia thành hai hàng dọc ở vị trí số 2 và số 4, lần lượt người đầu hàng chuyển bóng cao tay dọc lưới và cách lưới 1 – 1,5 m cho người tập đầu hàng đối diện. Sau khi chuyển bóng xong, người tập di chuyển về cuối hàng đối diện (H.14). | 28-30’ | \* Giao nhiệm vụ học tập cho cả lớp.  - GV tổ chức cho HS Tập luyện cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm với nhau, nên phân cặp có cùng trình độ (năng lực vận động, chiều cao,...), giới tính (nam tập với nam, nữ tập với nữ) để tránh chấn thương trong luyện tập.  - GV cần lưu ý điều chỉnh khoảng cách giữa hai HS cho phù hợp khi thực hiện các bài tập, khuyến khích HS giúp đỡ nhau sửa các lỗi sai khi cùng luyện tập.  - Sau mỗi lượt thực hiện, GV cần quan sát, lắng nghe những trao đổi, nhận xét của các HS đối với bạn cùng tập để kịp thời định hướng, điều chỉnh động tác của HS  - GV mời đại diện cặp đôi thực hiện động tác trước lớp.  - GV nhận xét, đánh giá, khuyến khích động viên HS.  ***C:\Users\Admin\Desktop\6.png*** | \*Cả lớp nhận nhiệm vụ tập luyện.  - HS chủ động luyện tập cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm với nội dung theo sự hướng dẫn của GV.  Đội hình tập luyện cá nhân:          Đội hình tập luyện theo cặp:    ĐH tập luyện theo tổ  • • • • •  • ∇ •  • •  • •  • •  ***C:\Users\Admin\Desktop\4.png***  ***C:\Users\Admin\Desktop\5.png*** |
| 4. Hoạt động vận dụng:(2-3’) a. Mục tiêu: Củng cố lại kiến thức đã học.  b. Nội dung: GV trình bày vấn đề  c. Sản phẩm học tập: HS vận dụng được kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày | 2-3’ | - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. | - HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. |
| **5. Hoạt động kết thúc tiết học: (3-4’)** a. Mục tiêu: HS củng cố lại các kiến thức đã học.b. Nội dung: Thực hiện các động tác hồi tĩnh, ôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhà ôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhà. c.Sản phẩm:HS thực hiện được các động tác hồi tĩnh, tự giác ôn tập kiến thức kĩ thuật HS tự giác ôn tập kiến thức đã học. | | | |
| - Thả lỏng- hồi tĩnh: Hít thở nhẹ nhàng, rũ nhẹ tay chân, thả lỏng tích cực.  - Nhận xét-rút ra ưu khuyết điểm: GV nhận xét buổi tập, rút ra ưu khuyết điểm, phổ biến nội dung buổi học kế tiếp.  - Xuống lớp HS hô to “khoẻ” | 3-4’ | - Điều hành thả lỏng cơ bản  - Nhận xét đánh giá, chuẩn bị kiến thức, kết thúc tiết học  - Tập luyện thêm ở nhà | Đội hình xuống lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  GV 🚹 |

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)**

………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………….

|  |  |
| --- | --- |
| **Tuần: 17** | **Ngày soạn: …./…../2024** |
| **Tiết: 33** | **Ngày dạy: …./…../2024** |

**Chủ đề 4: Chiến thuật thi đấu**

**Bài 1: Chiến thuật tấn công đội hình 1 – 5**

**(Tiết 1)**

**I. MỤC TIÊU**

# 1. Kiến thức:

Sau bài học này, HS sẽ: Thực hiện được:

- Bài tập 1: Mô phỏng đội hình đỡ phát bóng và di chuyển

- Bài tập 2: Phối hợp tấn công đội hình 2-4

- Biết điều chỉnh, sửa các lỗi sai chiến thuật tấn công đội hình 1 – 5 trong môn bóng chuyền

**2. Về năng lực:**

# 2.1. Năng lực chung

# - Năng lực tự chủ và tự học: Giải quyết được những nhiệm vụ học tập một cách độc lập, theo cặp đôi, theo tổ, theo nhóm

# - Năng lực giao tiếp và hợp tác: Góp phần phát triển năng lực giao tiếp và hợp tác qua hoạt động trao đổi, thực hiện nhiệm vụ học tập với giáo viên.

# - Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo: Thông qua các hoạt động luyện tập, trò chơi, thi đấu, vận dụng linh hoạt các phương pháp, phân tích được động tác trong luyện tập, trong cuộc sống; phát hiện và nêu được tình huống có vấn đề để giải quyết phù hợp nhất.

# 2.2. Năng lực đặc thù

# - Năng lực chăm sóc sức khỏe: Hình thành thói quen tập luyện thường xuyên để phát triển nhân cách đức trí, thể mỹ.

- Năng lực vận động cơ bản: Thực hiện được chiến thuật tấn công đội hình 1 – 5trong môn bóng chuyền.

- Năng lực hoạt động TDTT: Biết phối hợp với đồng đội trong quá trình tập luyện và thi đấu TDTT.

**3. Về phẩm chất:**

- Nghiêm túc, tích cực, chăm chỉ trong tập luyện, phối hợp với bạn cùng tập để hoàn thành bài tập và trò chơi vận động

- Thể hiện sự yêu thích môn học trong học tập và rèn luyện.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

**1. Đối với giáo viên**

* Giáo án, SGK, SGV Giáo dục thể chất 12 (Bóng chuyền).
* Hình ảnh minh họa có liên quan đến bài học
* Sân bóng chuyền, bóng chuyền, rổ đựng bóng, còi, cọc nhựa.
* Còi để điều khiển các hoạt động tập luyện.

**2. Đối với học sinh**

* SGK Giáo dục thể chất 12 (Bóng chuyền).
* Đồng phục thể dục, giày tập đúng quy định.

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **NỘI DUNG** | **Định lượng** | **PHƯƠNG PHÁP VÀ HÌNH THỨC TỔ CHỨC** | |
| **Hoạt động của GV** | **Hoạt động của HS** |
| 1. Hoạt động mở đầu: (6-8’) a. Mục tiêu: Tạo hứng thú cho HS, từng bước bước vào bài học.  b. Nội dung:  - GV cho HS khởi động chung, khởi động chuyên môn.  c. Sản phẩm học tập: HS khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| ***1.1. Nhận lớp***  Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  + Cán sự lớp báo cáo sĩ số và tình hình của lớp.  - Giáo viên nhận lớp với đội hình 3 hàng ngang.  ***1.2. Khởi động***  - GV cho HS khởi động:  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  *1.2. Khởi động*  - Cự ly giãn cách một sải tay  - GV kết hợp với cán sự lớp hướng dẫn học sinh khởi động kỹ  - GV tổ chức, hướng dẫn và quản lí HS thực hiện các bài tập khởi động.  - GV hướng dẫn HS:  a. Khởi động chung:  + Xoay các khớp (H1)  + Các động tác căng cơ (H2)  b. Khởi chuyên môn:  + Các động tác di chuyển (H3)  + Các động tác khởi động với bóng (H4) | 6-8’ Phút  2lx 8n | \* Giáo viên chuyển giao nhiệm vụ.  - Khởi động chung: GV tập hợp lớp thành các hàng ngang, giãn cách một sải tay, đứng xen kẽ nhau. GV đếm nhịp và hướng dẫn cho cả lớp thực hiện các động tác khởi động xoay các khớp và căng cơ.  - Khởi chuyên môn: GV tập trung lớp thành các hàng dọc, cho HS lần lượt thực hiện các động tác di chuyển.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động.  - GV mời cả lớp cùng khởi động chung, khởi động chuyên môn.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động. | \* Học sinh tiếp nhận nhiệm vụ.  - HS cả lớp khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  C:\Users\Admin\AppData\Local\Packages\Microsoft.Windows.Photos_8wekyb3d8bbwe\TempState\ShareServiceTempFolder\1.jpeg  C:\Users\Admin\Desktop\2.png  C:\Users\Admin\Desktop\3.png  C:\Users\Admin\Desktop\4.png |
| **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới: (10-12’)**  a. Mục tiêu: Thông qua hoạt động, HS lắng nghe và nắm được chiến thuật tấn công đội hình 1 – 5  b. Nội dung: GV giới thiệu, phân tích, thị phạm và lưu ý cho HS thực hiện chiến thuật tấn công đội hình 1 – 5; HS lắng nghe, quan sát và thực hiện dưới sự hướng dẫn của GV.  c. Sản phẩm học tập: HS luyện tập chiến thuật tấn công đội hình 1 – 5  d. Tổ chức hoạt động: | | | |
| ***Chiến thuật tấn công đội hình 1 – 5:***  Chiến thuật tấn công đội hình 1 – 5 là chiến thuật tấn công 3 người, tận dụng hết các đấu thủ hàng trên tham gia đập bóng, người chuyển hai ở hàng sau di chuyển lên hàng trên làm nhiệm vụ chuyển bóng cho đồng đội đập bóng tấn công.  Trong sáu vận động viên thi đấu trên sân của một đội thì có một người chuyên làm nhiệm vụ chuyển bóng tổ chức tấn công (chuyển hai) và năm người còn lại làm nhiệm vụ tấn công. Do chỉ có một người làm nhiệm vụ chuyển hai, đối phương phát bóng người chuyền hai tránh không đỡ quả phát bóng (đứng dâng cao khuất sau lưng của đồng đội khi ở vị trí hàng sau, đứng gần sát lưới khi ở hàng trước) mà chủ động di chuyển về vị trí số 3 để nhận và chuyển bóng cho đồng đội tấn công. | 10-12’ | - GV làm mẫu theo các bước sau:  + Lần 1: Thực hiện toàn bộ kĩ thuật động tác  + Lần 2: Thực hiện lại động tác Kĩ thuật kết hợp mô tả, giải thích, phân tích kĩ thuật.  - GV cho HS thực hiện bài tập thử theo hình ảnh đã ghi nhớ.  - GV tổ chức cho HS đồng loạt luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV.  - GV theo dõi, hỗ trợ HS nếu cần thiết.  - GV chú ý nhấn mạnh các lỗi sai mà HS thường mắc khi thực hiện động tác. | - HS lắng nghe, quan sát GV giới thiệu, thị phạm kĩ thuật  - HS thực hiện đồng loạt dưới sự hướng dẫn của GV |
| **3. Hoạt động luyện tập:(** **18-20’)**  **a. Mục tiêu:** Thông qua hoạt động, HS củng cố lại kiến thức đã học về kĩ thuật  **b. Nội dung:**  - Bài tập về Chiến thuật tấn công đội hình 1 – 5:  + Bài tập 1: Mô phỏng đội hình đỡ phát bóng và di chuyển  + Bài tập 2: Phối hợp tấn công đội hình 2-4  **c. Sản phẩm học tập:** HS luyện tập theo nhóm kĩ thuật trên lớp và ở nhà.  **d. Tổ chức thực hiện** | | | |
| *Luyện tập chiến thuật tấn công đội hình 1 – 5:*  *Bài tập 1: Mô phỏng đội hình đỡ phát bóng và di chuyển:*  Xoay vòng, mô phỏng đội hình đỡ phát bóng và di chuyển của người chuyển hai ở các vị trí khác nhau trên sân.  *Bài tập 2: Phối hợp tấn công đội hình 2-4:*  *a)* *Đập bóng trung bình ở vị trí số 4 và cao biên ở vị trí số 2*  Người chỉ huy đứng ở vị trí số 6 tung bóng cho người chuyền hai ở vị trí số 3 lần lượt chuyển bóng trung bình ở vị trí số 3 cho số 4 vào đập bóng và chuyển cao biên cho số 2 đập bóng (H.8).  *b) Đập bóng trung bình ở vị trí số 2 và cao biên ở vị trí số 1*  Người chỉ huy đứng ở vị trí số 6 tung bóng cho người chuyển hai ở vị trí số 3 lần lượt chuyển bóng trung bình ở vị trí số 3 cho số 2 vào đập bóng và chuyển cao biên cho số 4 đập bóng (H.9). | 18-20’ | \* Giao nhiệm vụ học tập cho cả lớp.  - GV tổ chức cho HS Tập luyện theo theo nhóm với nhau, nên phân nhóm có cùng trình độ (năng lực vận động, chiều cao,...), giới tính (nam tập với nam, nữ tập với nữ) để tránh chấn thương trong luyện tập.  - Sau mỗi lượt thực hiện, GV cần quan sát, lắng nghe những trao đổi, nhận xét của các HS đối với bạn cùng tập để kịp thời định hướng, điều chỉnh động tác của HS  - GV mời đại diện nhóm thực hiện động tác trước lớp.  - GV nhận xét, đánh giá, khuyến khích động viên HS. | \*Cả lớp nhận nhiệm vụ tập luyện.  - HS chủ động luyện tập theo nhóm với nội dung theo sự hướng dẫn của GV.  ĐH tập luyện theo nhóm:  • • • • •  • ∇ •  • •  • •  • •  C:\Users\Admin\Desktop\8.png  C:\Users\Admin\Desktop\9.png |
| 4. Hoạt động vận dụng:(2-3’) a. Mục tiêu: Củng cố lại kiến thức đã học.  b. Nội dung: GV trình bày vấn đề  c. Sản phẩm học tập: HS vận dụng được kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày | 2-3’ | - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. | - HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. |
| **5. Hoạt động kết thúc tiết học: (3-4’)** a. Mục tiêu: HS củng cố lại các kiến thức đã học.b. Nội dung: Thực hiện các động tác hồi tĩnh, ôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhà ôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhà. c.Sản phẩm:HS thực hiện được các động tác hồi tĩnh, tự giác ôn tập kiến thức kĩ thuật HS tự giác ôn tập kiến thức đã học. | | | |
| - Thả lỏng- hồi tĩnh: Hít thở nhẹ nhàng, rũ nhẹ tay chân, thả lỏng tích cực.  - Nhận xét-rút ra ưu khuyết điểm: GV nhận xét buổi tập, rút ra ưu khuyết điểm, phổ biến nội dung buổi học kế tiếp.  - Xuống lớp HS hô to “khoẻ” | 3-4’ | - Điều hành thả lỏng cơ bản  - Nhận xét đánh giá, chuẩn bị kiến thức, kết thúc tiết học  - Tập luyện thêm ở nhà | Đội hình xuống lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  GV 🚹 |

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)**

………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………….

|  |  |
| --- | --- |
| **Tuần: 17** | **Ngày soạn: …./…../2024** |
| **Tiết: 34** | **Ngày dạy: …./…../2024** |

**Chủ đề 4: Chiến thuật thi đấu**

**Bài 1: Chiến thuật tấn công đội hình 1 – 5**

**(Tiết 2)**

**I. MỤC TIÊU**

# 1. Kiến thức:

Sau bài học này, HS sẽ: Thực hiện được:

- Bài tập 2: Phối hợp tấn công đội hình 2-4

- Bài tập 3: Đập bóng chuyền cao biên ở vị trí số 4, số 2 và trung bình ở số 3

- Trò chơi: “Bóng chuyền 6”

- Biết điều chỉnh, sửa các lỗi sai chiến thuật tấn công đội hình 1 – 5 trong môn bóng chuyền

**2. Về năng lực:**

# 2.1. Năng lực chung

# - Năng lực tự chủ và tự học: Giải quyết được những nhiệm vụ học tập một cách độc lập, theo cặp đôi, theo tổ, theo nhóm

# - Năng lực giao tiếp và hợp tác: Góp phần phát triển năng lực giao tiếp và hợp tác qua hoạt động trao đổi, thực hiện nhiệm vụ học tập với giáo viên.

# - Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo: Thông qua các hoạt động luyện tập, trò chơi, thi đấu, vận dụng linh hoạt các phương pháp, phân tích được động tác trong luyện tập, trong cuộc sống; phát hiện và nêu được tình huống có vấn đề để giải quyết phù hợp nhất.

# 2.2. Năng lực đặc thù

# - Năng lực chăm sóc sức khỏe: Hình thành thói quen tập luyện thường xuyên để phát triển nhân cách đức trí, thể mỹ.

- Năng lực vận động cơ bản: Thực hiện được chiến thuật tấn công đội hình 1 – 5trong môn bóng chuyền.

- Năng lực hoạt động TDTT: Biết phối hợp với đồng đội trong quá trình tập luyện và thi đấu TDTT.

**3. Về phẩm chất:**

- Nghiêm túc, tích cực, chăm chỉ trong tập luyện, phối hợp với bạn cùng tập để hoàn thành bài tập và trò chơi vận động

- Thể hiện sự yêu thích môn học trong học tập và rèn luyện.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

**1. Đối với giáo viên**

* Giáo án, SGK, SGV Giáo dục thể chất 12 (Bóng chuyền).
* Hình ảnh minh họa có liên quan đến bài học
* Sân bóng chuyền, bóng chuyền, rổ đựng bóng, còi, cọc nhựa.
* Còi để điều khiển các hoạt động tập luyện.

**2. Đối với học sinh**

* SGK Giáo dục thể chất 12 (Bóng chuyền).
* Đồng phục thể dục, giày tập đúng quy định.

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **NỘI DUNG** | **Định lượng** | **PHƯƠNG PHÁP VÀ HÌNH THỨC TỔ CHỨC** | |
| **Hoạt động của GV** | **Hoạt động của HS** |
| 1. Hoạt động mở đầu: (6-8’) a. Mục tiêu: Tạo hứng thú cho HS, từng bước bước vào bài học.  b. Nội dung:  - GV cho HS khởi động chung, khởi động chuyên môn.  c. Sản phẩm học tập: HS khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| ***1.1. Nhận lớp***  Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  + Cán sự lớp báo cáo sĩ số và tình hình của lớp.  - Giáo viên nhận lớp với đội hình 3 hàng ngang.  ***1.2. Khởi động***  - GV cho HS khởi động:  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  *1.2. Khởi động*  - Cự ly giãn cách một sải tay  - GV kết hợp với cán sự lớp hướng dẫn học sinh khởi động kỹ  - GV tổ chức, hướng dẫn và quản lí HS thực hiện các bài tập khởi động.  - GV hướng dẫn HS:  a. Khởi động chung:  + Xoay các khớp (H1)  + Các động tác căng cơ (H2)  b. Khởi chuyên môn:  + Các động tác di chuyển (H3)  + Các động tác khởi động với bóng (H4) | 6-8’ Phút  2lx 8n | \* Giáo viên chuyển giao nhiệm vụ.  - Khởi động chung: GV tập hợp lớp thành các hàng ngang, giãn cách một sải tay, đứng xen kẽ nhau. GV đếm nhịp và hướng dẫn cho cả lớp thực hiện các động tác khởi động xoay các khớp và căng cơ.  - Khởi chuyên môn: GV tập trung lớp thành các hàng dọc, cho HS lần lượt thực hiện các động tác di chuyển.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động.  - GV mời cả lớp cùng khởi động chung, khởi động chuyên môn.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động. | \* Học sinh tiếp nhận nhiệm vụ.  - HS cả lớp khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  C:\Users\Admin\AppData\Local\Packages\Microsoft.Windows.Photos_8wekyb3d8bbwe\TempState\ShareServiceTempFolder\1.jpeg  C:\Users\Admin\Desktop\2.png  C:\Users\Admin\Desktop\3.png  C:\Users\Admin\Desktop\4.png |
| **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới: (0’)** | | | |
| **3. Hoạt động luyện tập:(** **28-30’)**  **a. Mục tiêu:** Thông qua hoạt động, HS củng cố lại kiến thức đã học về kĩ thuật  **b. Nội dung:**  - Bài tập về Chiến thuật tấn công đội hình 1 – 5:  + Bài tập 2: Phối hợp tấn công đội hình 2-4  + Bài tập 3: Đập bóng chuyền cao biên ở vị trí số 4, số 2 và trung bình ở số 3  - Trò chơi: “Bóng chuyền 6”  **c. Sản phẩm học tập:** HS luyện tập theo nhóm kĩ thuật trên lớp và ở nhà.  **d. Tổ chức thực hiện** | | | |
| *Luyện tập chiến thuật tấn công đội hình 1 – 5:*  *Bài tập 2: Phối hợp tấn công đội hình 2-4:*  *a)* *Đập bóng trung bình ở vị trí số 4 và cao biên ở vị trí số 2*  Người chỉ huy đứng ở vị trí số 6 tung bóng cho người chuyền hai ở vị trí số 3 lần lượt chuyển bóng trung bình ở vị trí số 3 cho số 4 vào đập bóng và chuyển cao biên cho số 2 đập bóng (H.8).  *b) Đập bóng trung bình ở vị trí số 2 và cao biên ở vị trí số 1*  Người chỉ huy đứng ở vị trí số 6 tung bóng cho người chuyển hai ở vị trí số 3 lần lượt chuyển bóng trung bình ở vị trí số 3 cho số 2 vào đập bóng và chuyển cao biên cho số 4 đập bóng (H.9).  *Bài tập 3: Đập bóng chuyền cao biên ở vị trí số 4, số 2 và trung bình ở số 3:*  Người chỉ huy đứng ở vị trí số 6 tung bóng cho người chuyển hai ở vị trí số 3 lần lượt chuyển bóng cao ra biên cho số 4, số 2 đập bóng và chuyền bóng trung bình cho số 3 đập bóng (H.10). | 23-25’ | \* Giao nhiệm vụ học tập cho cả lớp.  - GV tổ chức cho HS Tập luyện theo theo nhóm với nhau, nên phân nhóm có cùng trình độ (năng lực vận động, chiều cao,...), giới tính (nam tập với nam, nữ tập với nữ) để tránh chấn thương trong luyện tập.  - Sau mỗi lượt thực hiện, GV cần quan sát, lắng nghe những trao đổi, nhận xét của các HS đối với bạn cùng tập để kịp thời định hướng, điều chỉnh động tác của HS  - GV mời đại diện nhóm thực hiện động tác trước lớp.  - GV nhận xét, đánh giá, khuyến khích động viên HS. | \*Cả lớp nhận nhiệm vụ tập luyện.  - HS chủ động luyện tập theo nhóm với nội dung theo sự hướng dẫn của GV.  ĐH tập luyện theo nhóm:  • • • • •  • ∇ •  • •  • •  • •  C:\Users\Admin\Desktop\8.png  C:\Users\Admin\Desktop\9.png  C:\Users\Admin\Desktop\10.png |
| ***Trò chơi: “Bóng chuyền 6”*** | 3-5’ | - GV nêu tên trò chơi, phổ biến cách chơi luật chơi và hình thức thưởng phạt cho HS nắm được sau đó cho HS chơi thử rồi mới chơi chính thức. GV làm trọng tài. | - HS chơi trò chơi theo hướng dẫn của GV.  C:\Users\Admin\Desktop\1.png |
| 4. Hoạt động vận dụng:(2-3’) a. Mục tiêu: Củng cố lại kiến thức đã học.  b. Nội dung: GV trình bày vấn đề  c. Sản phẩm học tập: HS vận dụng được kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày | 2-3’ | - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. | - HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. |
| **5. Hoạt động kết thúc tiết học: (3-4’)** a. Mục tiêu: HS củng cố lại các kiến thức đã học.b. Nội dung: Thực hiện các động tác hồi tĩnh, ôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhà ôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhà. c.Sản phẩm:HS thực hiện được các động tác hồi tĩnh, tự giác ôn tập kiến thức kĩ thuật HS tự giác ôn tập kiến thức đã học. | | | |
| - Thả lỏng- hồi tĩnh: Hít thở nhẹ nhàng, rũ nhẹ tay chân, thả lỏng tích cực.  - Nhận xét-rút ra ưu khuyết điểm: GV nhận xét buổi tập, rút ra ưu khuyết điểm, phổ biến nội dung buổi học kế tiếp.  - Xuống lớp HS hô to “khoẻ” | 3-4’ | - Điều hành thả lỏng cơ bản  - Nhận xét đánh giá, chuẩn bị kiến thức, kết thúc tiết học  - Tập luyện thêm ở nhà | Đội hình xuống lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  GV 🚹 |

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)**

………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………….

|  |  |
| --- | --- |
| **Tuần: 18** | **Ngày soạn: …./…../2024** |
| **Tiết: 35** | **Ngày dạy: …./…../2024** |

**Chủ đề 4: Chiến thuật thi đấu**

**Bài 1: Chiến thuật tấn công đội hình 1 – 5**

**(Tiết 3)**

**I. MỤC TIÊU**

# 1. Kiến thức:

Sau bài học này, HS sẽ: Thực hiện được:

+ Bài tập 3: Đập bóng chuyền cao biên ở vị trí số 4, số 2 và trung bình ở số 3

+ Bài tập 4: Đập bóng chuyền cao biên ở vị trí số 4, trung bình ở vị trí số 2 và số 3

- Trò chơi: “Đập bóng tiếp sức”

- Biết điều chỉnh, sửa các lỗi sai chiến thuật tấn công đội hình 1 – 5 trong môn bóng chuyền

**2. Về năng lực:**

# 2.1. Năng lực chung

# - Năng lực tự chủ và tự học: Giải quyết được những nhiệm vụ học tập một cách độc lập, theo cặp đôi, theo tổ, theo nhóm

# - Năng lực giao tiếp và hợp tác: Góp phần phát triển năng lực giao tiếp và hợp tác qua hoạt động trao đổi, thực hiện nhiệm vụ học tập với giáo viên.

# - Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo: Thông qua các hoạt động luyện tập, trò chơi, thi đấu, vận dụng linh hoạt các phương pháp, phân tích được động tác trong luyện tập, trong cuộc sống; phát hiện và nêu được tình huống có vấn đề để giải quyết phù hợp nhất.

# 2.2. Năng lực đặc thù

# - Năng lực chăm sóc sức khỏe: Hình thành thói quen tập luyện thường xuyên để phát triển nhân cách đức trí, thể mỹ.

- Năng lực vận động cơ bản: Thực hiện được chiến thuật tấn công đội hình 1 – 5trong môn bóng chuyền.

- Năng lực hoạt động TDTT: Biết phối hợp với đồng đội trong quá trình tập luyện và thi đấu TDTT.

**3. Về phẩm chất:**

- Nghiêm túc, tích cực, chăm chỉ trong tập luyện, phối hợp với bạn cùng tập để hoàn thành bài tập và trò chơi vận động

- Thể hiện sự yêu thích môn học trong học tập và rèn luyện.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

**1. Đối với giáo viên**

* Giáo án, SGK, SGV Giáo dục thể chất 12 (Bóng chuyền).
* Hình ảnh minh họa có liên quan đến bài học
* Sân bóng chuyền, bóng chuyền, rổ đựng bóng, còi, cọc nhựa.
* Còi để điều khiển các hoạt động tập luyện.

**2. Đối với học sinh**

* SGK Giáo dục thể chất 12 (Bóng chuyền).
* Đồng phục thể dục, giày tập đúng quy định.

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **NỘI DUNG** | **Định lượng** | **PHƯƠNG PHÁP VÀ HÌNH THỨC TỔ CHỨC** | |
| **Hoạt động của GV** | **Hoạt động của HS** |
| 1. Hoạt động mở đầu: (6-8’) a. Mục tiêu: Tạo hứng thú cho HS, từng bước bước vào bài học.  b. Nội dung:  - GV cho HS khởi động chung, khởi động chuyên môn.  c. Sản phẩm học tập: HS khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| ***1.1. Nhận lớp***  Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  + Cán sự lớp báo cáo sĩ số và tình hình của lớp.  - Giáo viên nhận lớp với đội hình 3 hàng ngang.  ***1.2. Khởi động***  - GV cho HS khởi động:  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  *1.2. Khởi động*  - Cự ly giãn cách một sải tay  - GV kết hợp với cán sự lớp hướng dẫn học sinh khởi động kỹ  - GV tổ chức, hướng dẫn và quản lí HS thực hiện các bài tập khởi động.  - GV hướng dẫn HS:  a. Khởi động chung:  + Xoay các khớp (H1)  + Các động tác căng cơ (H2)  b. Khởi chuyên môn:  + Các động tác di chuyển (H3)  + Các động tác khởi động với bóng (H4) | 6-8’ Phút  2lx 8n | \* Giáo viên chuyển giao nhiệm vụ.  - Khởi động chung: GV tập hợp lớp thành các hàng ngang, giãn cách một sải tay, đứng xen kẽ nhau. GV đếm nhịp và hướng dẫn cho cả lớp thực hiện các động tác khởi động xoay các khớp và căng cơ.  - Khởi chuyên môn: GV tập trung lớp thành các hàng dọc, cho HS lần lượt thực hiện các động tác di chuyển.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động.  - GV mời cả lớp cùng khởi động chung, khởi động chuyên môn.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động. | \* Học sinh tiếp nhận nhiệm vụ.  - HS cả lớp khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  C:\Users\Admin\AppData\Local\Packages\Microsoft.Windows.Photos_8wekyb3d8bbwe\TempState\ShareServiceTempFolder\1.jpeg  C:\Users\Admin\Desktop\2.png  C:\Users\Admin\Desktop\3.png  C:\Users\Admin\Desktop\4.png |
| **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới: (0’)** | | | |
| **3. Hoạt động luyện tập:(** **28-30’)**  **a. Mục tiêu:** Thông qua hoạt động, HS củng cố lại kiến thức đã học về kĩ thuật  **b. Nội dung:**  - Bài tập về Chiến thuật tấn công đội hình 1 – 5:  + Bài tập 3: Đập bóng chuyền cao biên ở vị trí số 4, số 2 và trung bình ở số 3  + Bài tập 4: Đập bóng chuyền cao biên ở vị trí số 4, trung bình ở vị trí số 2 và số 3  - Trò chơi: “Đập bóng tiếp sức”  **c. Sản phẩm học tập:** HS luyện tập theo nhóm kĩ thuật trên lớp và ở nhà.  **d. Tổ chức thực hiện** | | | |
| *Luyện tập chiến thuật tấn công đội hình 1 – 5:*  *Bài tập 3: Đập bóng chuyền cao biên ở vị trí số 4, số 2 và trung bình ở số 3:*  Người chỉ huy đứng ở vị trí số 6 tung bóng cho người chuyển hai ở vị trí số 3 lần lượt chuyển bóng cao ra biên cho số 4, số 2 đập bóng và chuyền bóng trung bình cho số 3 đập bóng (H.10).  *Bài tập 4: Đập bóng chuyền cao biên ở vị trí số 4, trung bình ở vị trí số 2 và số 3:*  Người chỉ huy đứng ở vị trí số 6 tung bóng cho người chuyển hai ở vị trí số 3 lần lượt chuyển  bóng cao ra biên cho số 4, đập bóng và chuyền bóng trung bình cho số 2 và số 3 đập bóng (H.11). | 23-25’ | \* Giao nhiệm vụ học tập cho cả lớp.  - GV tổ chức cho HS Tập luyện theo theo nhóm với nhau, nên phân nhóm có cùng trình độ (năng lực vận động, chiều cao,...), giới tính (nam tập với nam, nữ tập với nữ) để tránh chấn thương trong luyện tập.  - Sau mỗi lượt thực hiện, GV cần quan sát, lắng nghe những trao đổi, nhận xét của các HS đối với bạn cùng tập để kịp thời định hướng, điều chỉnh động tác của HS  - GV mời đại diện nhóm thực hiện động tác trước lớp.  - GV nhận xét, đánh giá, khuyến khích động viên HS. | \*Cả lớp nhận nhiệm vụ tập luyện.  - HS chủ động luyện tập theo nhóm với nội dung theo sự hướng dẫn của GV.  ĐH tập luyện:  C:\Users\Admin\Desktop\10.png  C:\Users\Admin\Desktop\11.png |
| ***Trò chơi: “Đập bóng tiếp sức”*** | 3-5’ | - GV nêu tên trò chơi, phổ biến cách chơi luật chơi và hình thức thưởng phạt cho HS nắm được sau đó cho HS chơi thử rồi mới chơi chính thức. GV làm trọng tài. | - HS chơi trò chơi theo hướng dẫn của GV.  C:\Users\Admin\Desktop\17.png |
| 4. Hoạt động vận dụng:(2-3’) a. Mục tiêu: Củng cố lại kiến thức đã học.  b. Nội dung: GV trình bày vấn đề  c. Sản phẩm học tập: HS vận dụng được kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày | 2-3’ | - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. | - HS vận dụng kĩ thuật vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. |
| **5. Hoạt động kết thúc tiết học: (3-4’)** a. Mục tiêu: HS củng cố lại các kiến thức đã học.b. Nội dung: Thực hiện các động tác hồi tĩnh, ôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhà ôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhà. c.Sản phẩm:HS thực hiện được các động tác hồi tĩnh, tự giác ôn tập kiến thức kĩ thuật HS tự giác ôn tập kiến thức đã học. | | | |
| - Thả lỏng- hồi tĩnh: Hít thở nhẹ nhàng, rũ nhẹ tay chân, thả lỏng tích cực.  - Nhận xét-rút ra ưu khuyết điểm: GV nhận xét buổi tập, rút ra ưu khuyết điểm, phổ biến nội dung buổi học kế tiếp.  - Xuống lớp HS hô to “khoẻ” | 3-4’ | - Điều hành thả lỏng cơ bản  - Nhận xét đánh giá, chuẩn bị kiến thức, kết thúc tiết học  - Tập luyện thêm ở nhà | Đội hình xuống lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  GV 🚹 |

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)**

………………………………………………………………………………………….

|  |  |
| --- | --- |
| **Tuần: 18**  **Tiết: 36** | **Ngày soạn: / /2024**  **Ngày dạy: / /2024** |
|  |  |

**Kiểm tra cuối kì I:**

**Phối hợp di chuyền chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt**

**I. MỤC TIÊU**

**1. Kiến thức:**

Sau bài học này, HS sẽ:

- HS nhận biết và thực hiện được phối hợp di chuyền chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt

- Biết điều chỉnh, sửa các lỗi sai phối hợp di chuyền chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt

**2. Về năng lực:**

# 2.1. Năng lực chung

# - Năng lực tự chủ và tự học: Giải quyết được những nhiệm vụ học tập một cách độc lập, theo cặp đôi, theo tổ, theo nhóm

# - Năng lực giao tiếp và hợp tác: Góp phần phát triển năng lực giao tiếp và hợp tác qua hoạt động trao đổi, thực hiện nhiệm vụ học tập với giáo viên.

# - Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo: Thông qua các hoạt động luyện tập, trò chơi, thi đấu, vận dụng linh hoạt các phương pháp, phân tích được động tác trong luyện tập, trong cuộc sống; phát hiện và nêu được tình huống có vấn đề để giải quyết phù hợp nhất.

# 2.2. Năng lực đặc thù

# - Năng lực chăm sóc sức khỏe: Hình thành thói quen tập luyện thường xuyên để phát triển nhân cách đức trí, thể mỹ..

- Năng lực vận động cơ bản: Vận dụng để tập luyện thường xuyên, hàng ngày

- Năng lực hoạt động TDTT: Vận dụng được phối hợp di chuyền chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt trong tập luyện và thi đấu bóng chuyền

**3. Về phẩm chất:**

- Nghiêm túc, tích cực, chăm chỉ trong tập luyện, phối hợp với bạn cùng tập để hoàn thành bài tập và trò chơi vận động

- Thể hiện sự yêu thích môn học trong học tập và rèn luyện.

# II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU

**1. Đối với giáo viên**

* KHBD, sổ đánh giá HS
* Sân bóng chuyền, bóng chuyền, còi

**2.** **Đối với học sinh**

- Dụng cụ học tập theo yêu cầu của GV.

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | **Định lượng** | **Phương pháp và hình thức tổ chức** | |
| **Hoạt động của GV** | **Hoạt động của HS** |
| 1.Hoạt động mở đầu: (8-10’)a. Mục tiêu: Tạo hứng thú cho HS, từng bước bước vào bài học.b. Nội dung: GV cho HS khởi động chung, khởi động chuyên môn.c. Sản phẩm học tập: HS khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV. d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| ***1.1. Nhận lớp***  Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  + Cán sự lớp báo cáo sĩ số và tình hình của lớp.  - Giáo viên nhận lớp với đội hình 3 hàng ngang.  ***1.2. Khởi động***  - GV cho HS khởi động:  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🛉**  *1.2. Khởi động*  - Cự ly giãn cách một sải tay  - GV kết hợp với cán sự lớp hướng dẫn học sinh khởi động kỹ  - GV tổ chức, hướng dẫn và quản lí HS thực hiện các bài tập khởi động.  - GV hướng dẫn HS:  + Khởi động chung.  + Khởi chuyên môn. | 8-10’ | \* Giáo viên chuyển giao nhiệm vụ.  - Khởi động chung: GV tập hợp lớp thành các hàng ngang, giãn cách một sải tay, đứng xen kẽ nhau. GV đếm nhịp và hướng dẫn cho cả lớp thực hiện các động tác khởi động xoay các khớp và căng cơ.  - Khởi chuyên môn: GV tập trung lớp thành các hàng dọc, cho HS lần lượt thực hiện các bài tập di chuyển.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động.  - GV mời cả lớp cùng khởi động chung, khởi động chuyên môn.  - GV quan sát và nhắc nhở HS chú ý thực hiện đúng, đủ các động tác khởi động. | \* Học sinh tiếp nhận nhiệm vụ.  - HS cả lớp khởi động chung, khởi động chuyên môn theo hướng dẫn của GV.  1  2  3  4 |
| **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới: (không có)** | | | |
| **3. Hoạt động kiểm tra: (25-27’)**  a. Mục tiêu: Học sinh thực hiện cơ bản đúng phối hợp di chuyền chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt  b. Nội dung: Kiểm tra phối hợp di chuyền chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt.  c. Sản phẩm học tập: Học sinh thực hiện cơ bản đúng phối hợp di chuyền chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt  d. Tổ chức hoạt động: | | | |
| *Kiểm tra học kì I: Phối hợp di chuyền chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt* | 27-29’ | - GV nêu yêu cầu bài kiểm tra cho HS thực hiện, đánh giá xếp loại. | - HS lần lượt lên thực hiện yêu cầu bài kiểm tra |
| |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | **Nội dung** | | **Chưa Đạt**  **(0 – 4 điểm)** | **Đạt**  **(≥ 5 điểm)** | | **Phối hợp di chuyền chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt** | **Nam** | - Thực hiện sai kĩ thuật động tác  - Chưa trung thực, trách nhiệm, tôn trọng sự khác biệt và chưa biết giúp đỡ bạn cùng tập trong tập luyện và thi đấu, thể hiện sự yêu thích môn Bóng chuyền. | – Thực hiện đúng kĩ thuật động tác và di chuyền chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt được 3 – 4 quả.  - Có thể vận dụng kĩ thuật di chuyền chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt trong các tình huống cụ thể khi tập luyện và thi đấu môn Bóng chuyển.  - Trung thực, trách nhiệm, tôn trọng sự khác biệt và biết giúp đỡ bạn cùng tập trong tập luyện và thi đấu, thể hiện sự yêu thích môn Bóng chuyền. | | **Nữ** | - Thực hiện sai kĩ thuật động tác  - Chưa trung thực, trách nhiệm, tôn trọng sự khác biệt và chưa biết giúp đỡ bạn cùng tập trong tập luyện và thi đấu, thể hiện sự yêu thích môn Bóng chuyền. | – Thực hiện đúng kĩ thuật động tác và di chuyền chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt được 2 – 3 quả.  - Có thể vận dụng kĩ thuật di chuyền chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt trong các tình huống cụ thể khi tập luyện và thi đấu môn Bóng chuyển.  - Trung thực, trách nhiệm, tôn trọng sự khác biệt và biết giúp đỡ bạn cùng tập trong tập luyện và thi đấu, thể hiện sự yêu thích môn Bóng chuyền. | | | | |
| 4. Hoạt động vận dụng: (2-3’)a. Mục tiêu: Củng cố lại kiến thức đã học.b. Nội dung: GV trình bày vấn đề. c. Sản phẩm học tập:HS biết vận dụng kĩ thuật phối hợp di chuyền chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày.  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật phối hợp di chuyền chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. | 2-3’ | - GV hướng dẫn HS vận dụng kĩ thuật phối hợp di chuyền chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày.  - GV hướng dẫn, hỗ trợ HS (nếu cần thiết). | - HS vận dụng kĩ thuật phối hợp di chuyền chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt vào tập luyện và vui chơi rèn luyện sức khỏe hằng ngày. |
| **5. Hoạt động kết thúc tiết học:(4-5’)** a. Mục tiêu: HS củng cố lại các kiến thức đã học, công bố điểmb. Nội dung: Thực hiện các động tác hồi tĩnh, ôn tập kiến thức đã học và giao bài tập về nhà. c.Sản phẩm:HS thực hiện được các động tác hồi tĩnh, tự giác ôn tập kiến thức đã học.  d. Tổ chức thực hiện: | | | |
| **-** Thả lỏng tay, chân, toàn thân kết hợp với hít thở sâu.  - Giao nhiệm vụ bài tập về nhà | 4-5’ | - GV cho HS thả lỏng; nhận xét giờ kiểm tra.  - Ôn lại kiến thức đã học | - Thực hiện các động tác thả lỏng  - Ôn tập kiến thức, chuẩn bị cho tiết sau |

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)**

………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………….