

KHBD SỐ 5

Kiểm tra thường xuyên: Kỹ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình

Tiết theo ppct 09

Lớp	Tiết	Ngày soạn	Ngày dạy
12/...		.../9/2026	.../10/2026

I . Mục Tiêu:

1. Về kiến thức:

- Học sinh thực hiện đúng kỹ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình.
- Biết vận dụng kỹ thuật trong tập luyện và thi đấu môn bóng chuyền.

2.Về năng lực:

*** Năng lực đặc thù**

Năng lực vận động cơ bản:

- + Học sinh thực hiện đúng kỹ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình
- + Biết phối hợp lực của chân, thân người, tay để thực hiện động tác.
- Năng lực hoạt động TDDT:
 - + Thực hiện đúng kỹ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình theo yêu cầu kiểm tra.
 - + Biết nhận xét, đánh giá mức độ hoàn thành kỹ thuật của bản thân và bạn học.
 - + Biết vận dụng kỹ thuật trong các tình huống vận động.

*** Năng lực chung:**

- Năng lực tự chủ và tự học:
 - + Chủ động chuẩn bị, thực hiện nhiệm vụ kiểm tra.
 - + Tự đánh giá kết quả thực hiện kỹ thuật.
- Năng lực giao tiếp và hợp tác:
 - + Phối hợp với bạn trong quá trình kiểm tra.

+ Có thái độ nhận xét khách quan, hỗ trợ bạn hoàn thành nhiệm vụ.

*** Năng lực số:**

+ 1.1.NC1b: Học sinh áp dụng kỹ thuật tìm kiếm để khai thác video, hình ảnh hướng dẫn kỹ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình trên môi trường số.

+ 3.1.NC1a: Học sinh áp dụng cách tạo nội dung số (sử dụng điện thoại thông minh ghi hình quá trình thực hiện kỹ thuật, xem lại để nhận biết cấu trúc động tác và tự điều chỉnh).

+ 2.2.NC1a: Học sinh chia sẻ, trao đổi và phản hồi về video luyện tập với giáo viên, bạn học thông qua môi trường số nhằm nâng cao hiệu quả kỹ thuật.

+ 6.2.NC1b / 6.3.NC1b (Ứng dụng AI): Sử dụng hệ thống AI hỗ trợ phân tích video kỹ thuật, nhận diện lỗi sai và đánh giá kết quả gợi ý bài tập điều chỉnh.

3. Về phẩm chất:

- Trung thực: Thực hiện kiểm tra đúng khả năng, không gian lận trong đánh giá

- Chăm chỉ: Tích cực ôn luyện và hoàn thành nội dung kiểm tra.

- Nhân ái: Tôn trọng kết quả của bạn, đồng viên hỗ trợ nhau.

- Trách nhiệm: Có ý thức đảm bảo an toàn trong quá trình kiểm tra.

II. Thiết bị dạy học và học liệu:

1. Đối với giáo viên: Tranh ảnh, Bóng chuyên, còi, sân – lưới bóng chuyên; Điện thoại thông minh, video kỹ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình phục vụ quan sát, phân tích động tác.

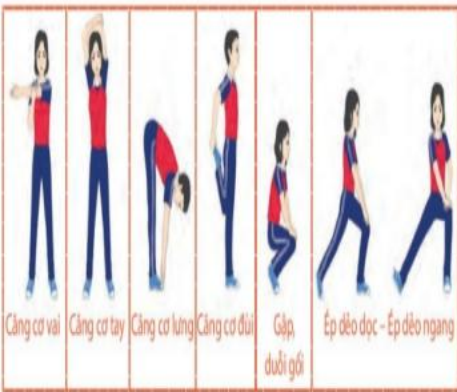
2. Đối với học sinh: Điện thoại thông minh theo nhóm/cặp đôi để quay động tác, tự đánh giá và điều chỉnh kỹ thuật. Trang phục, dụng cụ học tập do GV yêu cầu.

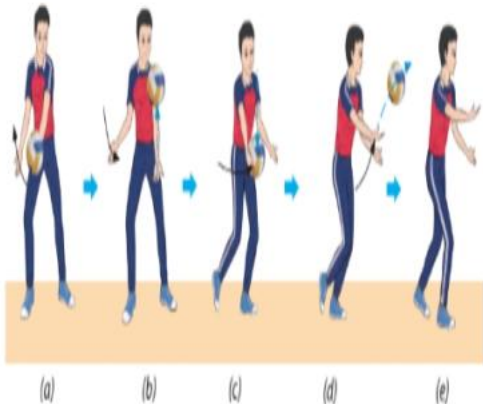
III. Tiến trình dạy học

Hoạt động 1: Hoạt động khởi động (6-10 phút)

a. Mục tiêu: Tiếp nhận nhiệm vụ học tập, làm nóng cơ thể, cho HS từng bước bước vào bài học.

c.Sản phẩm: HS thực hiện bài khởi động chung, khởi động chuyên môn, theo hướng dẫn của

cán sự lớp.		
b.Nội dung	d.Tổ chức hoạt động	
	Hoạt động của GV	Hoạt động của HS
* Nhận lớp. - Phổ biến nội dung và mục tiêu bài học. * Khởi động chung - Xoay các khớp - Các động tác căng cơ  Hình 1. Xoay các khớp  Hình 2. Các động tác căng cơ * Khởi động chuyên môn. - Các động tác di chuyển	Bước 1: GV giao nhiệm vụ. - GV nhận lớp, hỏi thăm tình hình sức khỏe học sinh, phổ biến nội dung và mục tiêu bài học. - GV di chuyển, quan sát và chỉ dẫn đôn đốc học sinh. - Hướng dẫn hs khởi động chuyên môn.	Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ. Đội hình tập trung  - Cán sự lớp tập hợp lớp, báo cáo sĩ số. - HS quan sát, lắng nghe nội dung và mục tiêu giờ học. - CS lớp tổ chức khởi động chung. - Đội hình khởi động chung. € € € € € € € € € € € € € € € € € € € € € € - Đội hình khởi động CM.

	Bước 4: GV kết luận, nhận định. - GV sử dụng PP trực quan và PP lời nói nhận xét đánh giá học sinh thực hiện nhiệm vụ	 Hình 3. Các động tác di chuyển Bước 3: Tổ chức báo cáo. - Cán sự lớp báo cáo kết quả hoàn thành lượng vận động khởi động
Hoạt động 2: Hình thành kiến thức mới (5 - 6 phút) a.Mục tiêu: Học sinh biết và thực hiện được kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình. c.Sản phẩm: HS thực hiện được kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình.		
b. Nội dung	d. Tổ chức thực hiện	
	Hoạt động của Giáo viên	Hoạt động của học sinh
Ôn kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình:  Hình 6. Kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình	Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập - GV mời học sinh thực hiện mô phỏng kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình Bước 4: Đánh giá kết quả, thực hiện nhiệm vụ học tập GV đánh giá, nhận xét, chuẩn kiến thức, chuyển sang nội dung mới.	Bước 2: HS tiếp nhận, thực hiện nhiệm vụ HS quan sát GV giới thiệu, thị phạm lại kĩ thuật động tác. Bước 3: Báo cáo kết quả hoạt động và thảo luận - Thực hiện mô phỏng, thực hiện kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình
Hoạt động 3: Hoạt động kiểm tra: (18-20 phút)		

a.Mục tiêu: Đánh giá mức độ thực hiện kỹ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình của học sinh. c. Sản phẩm : Học sinh thực hiện đúng kỹ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình		
b. Nội dung	d. Tổ chức thực hiện	
	Hoạt động của Giáo viên	Hoạt động của Học sinh
* Hình thức: - Kiểm tra cá nhân. * Cách thực hiện: Học sinh thực hiện kỹ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình từ khu vực phát bóng; đứng đúng tư thế, tung bóng, đánh bóng bằng tay thuận và phát bóng qua lưới vào khu vực quy định. * Số lần: - Mỗi học sinh thực hiện 02 lần liên tiếp. - Giáo viên căn cứ vào toàn bộ quá trình thực hiện để đánh giá theo mức Đạt hoặc Chưa đạt. (Giáo viên có thể điều chỉnh số lần thực hiện phù hợp với điều kiện thực tế của lớp học).	Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập - GV phổ biến nội dung, yêu cầu kiểm tra - GV tổ chức cho học sinh kiểm tra theo hình thức cá nhân * Tiêu chí đánh giá: Mức Đạt: Thực hiện đúng tư thế chuẩn bị, nghiêng người hợp lý, tung bóng phù hợp, tiếp xúc bóng đúng kỹ thuật; bóng qua lưới, vào sân đúng luật và hoàn thành yêu cầu. Chưa đạt: Thực hiện sai tư thế hoặc kỹ thuật; tung bóng chưa phù hợp, tiếp xúc bóng không chính xác, bóng không qua lưới, ra ngoài sân hoặc phát bóng	Bước 2: Học sinh tiếp nhận nhiệm vụ HS lần lượt theo danh sách lên thực hiện kiểm tra theo yêu cầu của giáo viên Bước 3: Báo cáo kết quả hoạt động * Tích hợp năng lực số: + HS sử dụng điện thoại quay lại quá trình thực hiện. + Xem lại video để nhận xét. + Trao đổi với bạn về lỗi kỹ thuật.

	không đúng luật.	
	Bước 4: Đánh giá kết quả, thực hiện nhiệm vụ học tập - GV đánh giá, nhận xét, chuẩn kiến thức, chuyển sang nội dung mới.	
Hoạt động 4 : Hoạt động vận dụng (8 phút) a. Mục tiêu: Củng cố lại kiến thức đã học; học sinh biết vận dụng kỹ thuật đã học vào tập luyện và thi đấu bóng chuyền c. Sản phẩm: Học sinh trả lời được các câu hỏi vận dụng. Biết phân tích lỗi sai và đưa ra cách điều chỉnh kỹ thuật.		
b.Nội dung	d.Tổ chức hoạt động	
	Hoạt động của GV	Hoạt động của HS
GV đưa ra các câu hỏi vận dụng liên quan đến nội dung kiểm tra kỹ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình.	Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập - GV đặt các câu hỏi vận dụng sau khi kiểm tra. Câu hỏi 1: Trong thi đấu bóng chuyền, khi nào nên sử dụng kỹ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình? Câu hỏi 2: Để thực hiện hiệu quả kỹ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình, người chơi cần chú ý điều gì?	Bước 2: HS tiếp nhận, thực hiện nhiệm vụ học tập - HS suy nghĩ, trao đổi và trả lời câu hỏi. - HS trả lời: Kỹ thuật này được sử dụng khi muốn phát bóng ổn định, chính xác, phù hợp với người mới tập và tạo điều kiện tổ chức phòng thủ hoặc tấn công ở pha tiếp theo. - HS trả lời: Cần đứng đúng tư thế, nghiêng người hợp lý, tung bóng đúng vị trí, đánh bóng chính xác và phối hợp nhịp nhàng giữa chân, thân người và

	* Tích hợp năng lực số: + GV hướng dẫn học sinh sử dụng video đã quay trong quá trình kiểm tra để phân tích lại động tác. Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện nhiệm vụ học tập + GV nhận xét câu trả lời của học sinh. + củng cố những điểm cần lưu ý khi thực hiện kỹ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình. + Động viên học sinh tiếp tục luyện tập để nâng cao kỹ năng.	tay để bóng đi đúng hướng, đúng lực. * Tích hợp năng lực số: + HS trao đổi, nhận xét video của bản thân và bạn học. + Có thể sử dụng AI hỗ trợ nhận diện lỗi kỹ thuật và đề xuất cách điều chỉnh. Bước 3: Báo cáo kết quả hoạt động, thảo luận + Một số học sinh trình bày câu trả lời trước lớp. + Các học sinh khác nhận xét, bổ sung.
--	---	---

Hoạt động 5: Hoạt động kết thúc (5 phút) a. Mục tiêu: Hồi phục sau luyện tập. c. Sản phẩm: Học sinh thực hiện thả lỏng tích cực.		
b.Nội dung	d.Tổ chức hoạt động	
	Hoạt động của GV	Hoạt động của HS
Thực hiện các động tác thả lỏng cơ thể nhẹ nhàng. Đội hình thả lỏng, xuống lớp	Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập: - Công bố nhận xét chung - GV hướng dẫn học sinh thực hiện thả lỏng, nhận	Bước 2: HS tiếp nhận, thực hiện nhiệm vụ học tập Thực hiện thả lỏng hồi tĩnh theo hướng dẫn của GV Tiếp nhận nhiệm vụ bài tập về

	xét giờ học, giao bài tập về nhà + Ôn kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình. + Quay video luyện tập để tự đánh giá và điều chỉnh. + Tìm hiểu thêm học liệu số phù hợp về bóng chuyền. + Xem kiến thức bài học sau trong SGK	nhà GV giao
---	---	--------------------

IV. RÚT KINH NGHIỆM:

.....

.....

.....

Chủ đề 2: Kỹ thuật phát bóng

Bài 2: Kỹ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình

(Tiết theo ppct 10):

- Tập các 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
- + Bài tập 3: Phát bóng vào tường
- Trò chơi vận động: Chuyển bóng tiếp sức

Lớp	Tiết	Ngày soạn	Ngày dạy
12/...		.../9/2026	.../10/2026

I . Mục Tiêu :

1. Về kiến thức:

+ Học sinh nhận biết được cấu trúc, các giai đoạn và cách thức thực hiện kỹ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình trong môn bóng chuyền.

2.Về năng lực:

*** Năng lực đặc thù**

- Năng lực vận động cơ bản: Biết phối hợp các giai đoạn của kỹ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình trong quá trình tập luyện.

- Năng lực hoạt động TDDT:

+ Biết thực hiện, thực hiện được kỹ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình trong các bài tập vận động và tình huống tập luyện bóng chuyền.

+ Nhận biết được một số lỗi sai thường gặp khi thực hiện kỹ thuật và biết cách tự sửa chữa một số sai sót đơn giản.

*** Năng lực chung:**

- Năng lực tự chủ và tự học:

+ Chủ động quan sát, tiếp thu và thực hiện nhiệm vụ học tập; biết tự đánh giá mức độ hoàn thành kỹ thuật của bản thân thông qua quá trình tập luyện.

+ Biết điều chỉnh động tác theo hướng dẫn của giáo viên và nhận xét của bạn học.

- Năng lực giao tiếp và hợp tác:

+ Biết trao đổi, nhận xét, hỗ trợ bạn trong quá trình luyện tập theo nhóm, cặp đôi.

+ Tích cực tham gia các hoạt động học tập, phối hợp với bạn để hoàn thành nhiệm vụ vận động.

*** Năng lực số:**

+ 1.1.NC1b: Học sinh áp dụng kỹ thuật tìm kiếm để khai thác video, hình ảnh hướng dẫn kỹ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình trên môi trường số.

+ 3.1.NC1a: Học sinh áp dụng cách tạo nội dung số (sử dụng điện thoại thông minh ghi hình quá trình thực hiện kỹ thuật, xem lại để nhận biết cấu trúc động tác và tự điều chỉnh).

+ 2.2.NC1a: Học sinh chia sẻ, trao đổi và phản hồi về video luyện tập với giáo viên, bạn học thông qua môi trường số nhằm nâng cao hiệu quả kỹ thuật.

+ 6.2.NC1b / 6.3.NC1b (Ứng dụng AI): Sử dụng hệ thống AI hỗ trợ phân tích video kỹ thuật, nhận diện lỗi sai và đánh giá kết quả gợi ý bài tập điều chỉnh.

3. Về phẩm chất:

- Trung thực: Học sinh tự giác tham gia đầy đủ các hoạt động học tập và hoàn thành nhiệm vụ vận động

- Chăm chỉ: Học sinh chủ động hoàn thành lượng vận động của bài tập, tích cực tham gia trò chơi vận động.

- Nhân ái: Học sinh có ý thức tôn trọng ý kiến của bạn khi hợp tác, giúp đỡ lẫn nhau trong khi tập luyện.

- Trách nhiệm: Học sinh có trách nhiệm với bản thân, có trách nhiệm hoàn thành nội dung tập luyện.

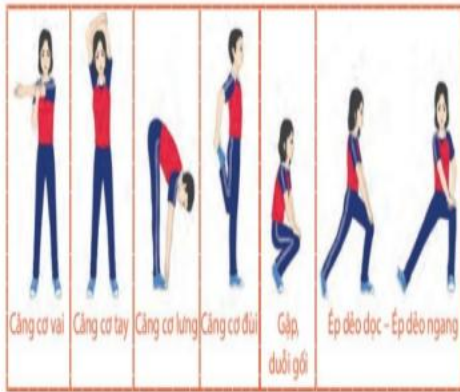
II. Thiết bị dạy học và học liệu:

1. Đối với giáo viên: Tranh ảnh, Bóng chuyên, còi, sân – lưới bóng chuyên; Điện thoại thông minh, video kỹ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình phục vụ quan sát, phân tích động tác.

2. Đối với học sinh: Điện thoại thông minh theo nhóm/cặp đôi để quay động tác, tự đánh giá và điều chỉnh kĩ thuật. Trang phục, dụng cụ học tập do GV yêu cầu.

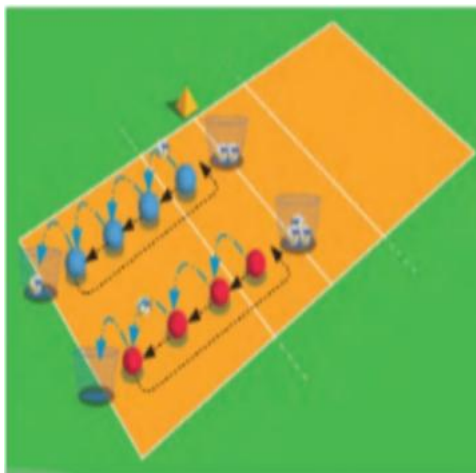
III. Tiến trình dạy học

Hoạt động 1: Hoạt động khởi động (6-10 phút)		
a. Mục tiêu: Tiếp nhận nhiệm vụ học tập, làm nóng cơ thể, cho HS từng bước bước vào bài học. c.Sản phẩm: HS thực hiện bài khởi động chung, khởi động chuyên môn, theo hướng dẫn của cán sự lớp.		
b.Nội dung	d.Tổ chức hoạt động	
	Hoạt động của GV	Hoạt động của HS
* Nhận lớp. - Phổ biến nội dung và mục tiêu bài học. * Khởi động chung - Xoay các khớp - Các động tác căng cơ  <i>Hình 1. Xoay các khớp</i>	Bước 1: GV giao nhiệm vụ. - GV nhận lớp, hỏi thăm tình hình sức khỏe học sinh, phổ biến nội dung và mục tiêu bài học. - GV di chuyển, quan sát và chỉ dẫn đôn đốc học sinh. - Hướng dẫn hs khởi động chuyên môn.	Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ. Đội hình tập trung  - Cán sự lớp tập hợp lớp, báo cáo sĩ số. - HS quan sát, lắng nghe nội dung và mục tiêu giờ học. - CS lớp tổ chức khởi động chung. - Đội hình khởi động chung. € € € € € € € € € € € € € € € €

 Hình 2. Các động tác căng cơ * Khởi động chuyên môn. - Các động tác di chuyển - Bài tập khởi động với bóng	Bước 4: GV kết luận, nhận định. - GV sử dụng PP trực quan và PP lời nói nhận xét đánh giá học sinh thực hiện nhiệm vụ	€ € € € € € € € € - Đội hình khởi động CM.  Hình 3. Các động tác di chuyển  Hình 8. Ném và bắt bóng luân phiên bằng hai tay (a) và một tay (b) Bước 3: Tổ chức báo cáo. - Cán sự lớp báo cáo kết quả hoàn thành lượng vận động khởi động			
Hoạt động 2: Hình thành kiến thức mới (10 - 12 phút) a.Mục tiêu: Học sinh nhận biết được sơ giản cấu trúc và cách thức thực hiện kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình. c.Sản phẩm: HS hình thành biểu tượng ban đầu về động tác kĩ thuật.					
b. Nội dung 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	d. Tổ chức thực hiện <table><tr><th>Hoạt động của Giáo viên</th><th>Hoạt động của học sinh</th></tr><tr><td> Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập - GV đặt câu hỏi dẫn dắt vào bài: Trong thi đấu bóng chuyền, khi nào nên sử dụng kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình? </td><td> Bước 2: HS tiếp nhận, thực hiện nhiệm vụ - HS lắng nghe câu hỏi GV đưa ra - HS quan sát GV giới thiệu, thị phạm kĩ thuật động tác. </td></tr></table>	Hoạt động của Giáo viên	Hoạt động của học sinh	Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập - GV đặt câu hỏi dẫn dắt vào bài: Trong thi đấu bóng chuyền, khi nào nên sử dụng kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình?	Bước 2: HS tiếp nhận, thực hiện nhiệm vụ - HS lắng nghe câu hỏi GV đưa ra - HS quan sát GV giới thiệu, thị phạm kĩ thuật động tác.
Hoạt động của Giáo viên	Hoạt động của học sinh				
Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập - GV đặt câu hỏi dẫn dắt vào bài: Trong thi đấu bóng chuyền, khi nào nên sử dụng kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình?	Bước 2: HS tiếp nhận, thực hiện nhiệm vụ - HS lắng nghe câu hỏi GV đưa ra - HS quan sát GV giới thiệu, thị phạm kĩ thuật động tác.				

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 khụy, 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 đuổi 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).	* Tích hợp năng lực số: - Giáo viên sử dụng hình ảnh/video ngắn giới thiệu yêu cầu kỹ thuật trước khi tập luyện. - GV mời học sinh thực hiện mô phỏng kỹ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình Bước 4: Đánh giá kết quả, thực hiện nhiệm vụ học tập GV đánh giá, nhận xét, chuẩn kiến thức, chuyển sang nội dung mới.	Hình 12. Kỹ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình * Tích hợp năng lực số: - Học sinh khai thác video để nhận biết cấu trúc kỹ thuật. - Biết lựa chọn thông tin phù hợp phục vụ học tập. Bước 3: Báo cáo kết quả hoạt động và thảo luận - HS trả lời câu hỏi của giáo viên - Thực hiện mô phỏng, thực hiện kỹ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình
Hoạt động 3: Hoạt động luyện tập: (12-14 phút) a.Mục tiêu: HS bước đầu thực hiện được kỹ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình		

c. Sản phẩm : Học sinh biết thực hiện bài tập hỗ trợ kỹ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình.		
b. Nội dung	d. Tổ chức thực hiện	
	Hoạt động của Giáo viên	Hoạt động của Học sinh
Bài tập hỗ trợ kỹ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình: <i>Bài tập 1: Mô phỏng động tác phát bóng cao tay nghiêng mình:</i> Người tập mô phỏng các giai đoạn của kỹ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình không bóng. <i>Bài tập 2: Mô phỏng động tác tiếp xúc bóng:</i> Người tập thực hiện mô phỏng động tác phát bóng cao tay nghiêng mình với bóng treo. <i>Bài tập 3: Phát bóng vào tường:</i> Người tập đứng cách tường 5 – 6m, thực hiện kỹ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình vào tường.	Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập - GV tổ chức luyện tập theo cặp đôi bài tập 1, 2 - GV tổ chức luyện tập theo nhóm bài tập 3 Bước 4: Đánh giá kết quả, thực hiện nhiệm vụ học tập - GV đánh giá, nhận xét, chuẩn kiến thức, chuyển sang nội dung mới.	Bước 2: Học sinh tiếp nhận nhiệm vụ - HS tập luyện theo cặp đôi bài tập 1, 2 - HS tập luyện theo nhóm bài tập 3 * Tích hợp năng lực số: - Học sinh quay video quá trình thực hiện. - Bạn học quan sát, nhận xét và góp ý sửa lỗi. - Có thể sử dụng AI hỗ trợ phân tích lỗi kỹ thuật. Bước 3: Báo cáo kết quả hoạt động - GV mời 1-2 cặp đôi lên trước lớp thực hiện kỹ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình, HS bên dưới quan sát, nhận xét và tự sửa lỗi sai. - GV quan sát, nhận xét và đánh giá mức độ hoàn thành bài tập; đánh giá khả năng ứng dụng công nghệ số hỗ trợ học tập và rèn luyện thể chất

Hoạt động 4 : Hoạt động vận dụng (8 phút) a. Mục tiêu: Củng cố lại kiến thức đã học. c. Sản phẩm : HS biết vận dụng kiến thức đã học trong khi chơi trò chơi.		
b.Nội dung	d.Tổ chức hoạt động	
	Hoạt động của GV	Hoạt động của HS
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 để 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).	Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập - GV hướng dẫn, tổ chức cho HS chơi trò chơi - GV phổ biến mục đích, cách chơi và hướng dẫn cho HS chơi trò chơi. Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện nhiệm vụ học tập - GV nhận xét, đánh giá thái độ học sinh tham gia trò chơi.	Bước 2: HS tiếp nhận, thực hiện nhiệm vụ học tập - HS lắng nghe GV phổ biến cách thức, luật chơi trò chơi <i>Chuyển bóng tiếp sức</i>  Hình 11. Sơ đồ trò chơi Chuyển bóng tiếp sức Bước 3: Báo cáo kết quả hoạt động, thảo luận - GV mời cả lớp chơi trò chơi <i>Chuyển bóng tiếp sức</i>.
Hoạt động 5: Hoạt động kết thúc (5 phút) a. Mục tiêu: Hồi phục sau luyện tập.		

c. Sản phẩm: Học sinh thực hiện thả lỏng tích cực.

b.Nội dung	d.Tổ chức hoạt động	
	Hoạt động của GV	Hoạt động của HS
Thực hiện các động tác thả lỏng cơ thể nhẹ nhàng. Đội hình thả lỏng, xuống lớp  :	Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập: - GV hướng dẫn học sinh thực hiện thả lỏng, nhận xét giờ học, giao bài tập về nhà + Ôn kĩ thuật phát bóng cao tay nghiêng mình. + Quay video luyện tập để tự đánh giá và điều chỉnh. + Tìm hiểu thêm học liệu số phù hợp về bóng chuyền. + Xem kiến thức bài học sau trong SGK	Bước 2: HS tiếp nhận, thực hiện nhiệm vụ học tập Thực hiện thả lỏng hồi tĩnh theo hướng dẫn của GV Tiếp nhận nhiệm vụ bài tập về nhà GV giao

IV. RÚT KINH NGHIỆM:

.....

.....

.....