**CHỦ ĐỀ: THỂ THAO TỰ CHỌN ( CẦU LÔNG)**

**BÀI 1: BÀI TẬP BỔ TRỢ VÀ DI CHUYỂN ĐƠN BƯỚC**

**TIẾT 45**

**I. Mục tiêu bài học**

**1.Về phẩm chất:** Bài học góp phần bồi dưỡng cho học sinh các phẩm chất cụ thể:

- Tích cực trong tập luyện và hoạt động tập thể.

- Tích cực tham gia các trò chơi vận động và có trách nhiệm trong khi chơi trò chơi.

**2. Về năng lực**:

**2.1. Năng lực chung:**

**-** Tự chủ và tự học: **Tự xem trước các động tác di chuyển đơn bước tiến phải,** trò chơi phát triển sức nhanh (Chạy tiếp sức ) trong sách giáo khoa hoặc do GV chọn

- Giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

**2.2. Năng lực đặc thù:**

- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện. Đồng thời cung cấp đầy đủ các chất dinh dưỡng cho buổi tập cũng như quá trình phát triển thể chất của bản thân.

- NL vận động cơ bản: Biết thực hiện các động tác di chuyển đơn bước tiến phải,cách cầm vợt, cầm cầu, TTCB, xoay và lắc cổ tay với vợt, và tự tổ chức trò chơi vận động

- Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện.Thực hiện được các động tác Cách cầm vợt, cầm cầu, TTCB, xoay và lắc cổ tay với vợt, di chuyển đơn bước tiêns phải.

**2.3. Sán phẩm cần đạt được ở các hoạt động:**

- MĐ: Học sinh mong chờ, háo hức, cơ thể được chuẩn bị tốt nhất để bước vào hđ của giờ học.

- HTKT: Biết quan sát được hình ảnh trực quan, và mô tả đượckhai quát được kĩ thuật đt.

- LT: Nắm bắt được khả năng tập luyện, phương pháp tập luyện, có sự tăng trưởng về thể lực.

- VD: Kiến thức được khắc sâu, biết tự tập và có thể tự đánh giá bản thân và người khác.

- TT: Ứng dụng vào tham gia các trò chơi, sử lí các tình huống hợp lí hiệu quả.

**II. Phương tiện:**

+ Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phụ thể thao, còi phục vụ trò chơi.

+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

**III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học**

- Phương pháp dạy học chính: Làm mẫu, sử dụng lời nói, tập luyện, trò chơi và thi đấu.

- Hình thức dạy học chính: Tập luyện đồng loạt( tập thể), tập theo nhóm, tập luyện theo cặp.

**IV.Tổ chức các hoạt động học tập**

**1.Hoạt động mở đầu:**

a. Mục tiêu: Tạo tâm thế hứng thú cho học sinh và từng bước làm quen bài học.

b. Sản phẩm học tập: HS lắng nghe và tiếp thu kiến thức.

c. Nội dung và tổ chức thực hiện:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | LVĐ | **Phương pháp, tổ chức và yêu cầu** | |
| **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **+ Nhận lớp**  - HS tập hợp báo cáo.  - GV nhận lớp  **+ Khởi động**  **-** Chạy khởi động 2 vòng sân  - Xoay các khớp, ép ngang, ép dọc… | 5– 7’  2 x 8N | Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học  - GV HD học sinh khởi động. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - GV cho lớp dàn hàng để thực hiện khởi động.  ep deo |

**2.Hoạt động hình thành kiến thức**

a. Mục tiêu: Thông qua hoạt động, HS luyện tập được động tác bước nhỏ.

b. Sản phẩm học tập: HS lắng nghe ,tiếp thu và vận dụng kiến thức.

c. Nội dung và tổ chức thực hiện:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | LVĐ | **Phương pháp, tổ chức và yêu cầu** | |
| **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| - Giới thiệu nội dung nôi bài học về môn cầu Lông  - Học mới: Cách di chuyển đơn bước tiến phải  **C:\Users\MyPC\Downloads\Screenshot_2021-07-18-23-14-08-39.jpg**  - Ôn tập: Cách cầm vợt, cầm cầu, TTCB, xoay và lắc cổ tay với | 18-20’ | GV phân tích, làm mẫu từng kĩ thuật động tác Cách di chuyển đơn bước tiến phải, và cho hs quan sát  GV quan sát sữa sai cho từng hs.  - Cho học sinh tập thử các nhịp theo hình ảnh đã ghi nhớ.  - Cho học sinh tập đồng loạt theo nhịp đếm và động tác mẫu của GV  - Chỉ dẫn HS những sai sót thường gặp trong khi tập | GV quan sát sữa sai cho từng hs.  🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹  🚹  *Đội hình HS quan sát GV làm mẫu động tác*  - HS chú ý lắng nghe, quan sát các hình ảnh.  - Ghi nhớ thực hiện động tác theo nhịp đếm, hình thành biểu tượng đúng về động tác  - Thực hiện các động tác theo nhịp đếm và động tác mẫu của giáo viên.  - HS lắng nghe |

**3. Hoạt động luyện tập**

a. Mục tiêu: Củng cố lại kiến thức đã học thông qua bài tập

b. Sản phẩm học tập: HS thực hiện được động tác chạy bước nhỏ, nâng cao đùi

c. Nội dung và tổ chức thực hiện:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | LVĐ | **Phương pháp, tổ chức và yêu cầu** | |
| **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| Cách di chuyển đơn bước tiến phải.  Cách cầm vợt, cầm cầu, TTCB, xoay và lắc cổ tay với vợt.  Trò chơi phát triển sức nhanh (Thi tâng cầu) | 10’ | - GV phổ biến nội dung và yêu cầu luyện tập.  - Tập luyện theo cá nhân, cặp đôi và theo nhóm.  - Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn học sinh tập luyện.  - Sửa sai cho học sinh.  - GV hướng dẫn học sinh chơi: phổ biến luân chơi, cách chơi. Khen thưởng, kỷ luật. | - HS lắng nghe  - Tập luyện theo cá nhân  - Tập luyện theo cặp đôi  - Tập luyện theo nhóm  - Đội hình tập luyện C:\Users\MyPC\Downloads\Screenshot_2021-07-18-22-56-28-97.jpg - HS chơi trò chơi tích cực, vui vẻ. |

**4.Hoạt động vận dụng.**

a. Mục tiêu: Củng cố lại kiến thức đã học thông qua bài tập

b. Sản phẩm học tập: HS biết sửa sai cho bạn, vận dụng vào thực tiễn

c. Nội dung và tổ chức thực hiện:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | LVĐ | **Phương pháp, tổ chức và yêu cầu** | |
| **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| Cách cầm vợt, cầm cầu, TTCB, xoay và lắc cổ tay với vợt. | 3’ | - Thay đổi yêu cầu và đội hình tập luyện theo hướng: Tăng tốc độ thực hiện bài tập, tăng độ chính xác về tư thế.  - Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng.  - Hướng dẫn HS vận dung các động tác và trò chơi đã học để tập luyện buổi sáng và vui chơi cung các bạn. | - Thực hiện theo yêu cầu vận dụng.  - Thảo luận, trả lời câu hỏi của Gv.  Đội hình tập luyện theo nhóm - Cán sự hướng dẫn lớp hướng dẫn luyện tập. |

**5. Hoạt động kết thúc:**

a. Mục tiêu: Giúp cơ thể từ trạng thái vận động trở về trạng thái tĩnh

b. Sản phẩm học tập: HS thực cảm thấy thoải mái, vui vẻ

c. Nội dung và tổ chức thực hiện:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | LVĐ | **Phương pháp, tổ chức và yêu cầu** | |
| **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| - Phục hồi sau tập luyện  - Nhận xét về các hoạt động học tập vàGiao nhiệm vụ học tập về nhà  - Xuống lớp | 4' | - GV điều hành lớp thả lỏng cơ toàn thân  - GV nhắc nhở nhẹ nhàng, tuyên dương và động viên HS kịp thời qua từng hoạt động.  - Hướng dẫn học sinh sử dụng SGK và chẩn bị bài mới  -Xuống lớp: Gv hô giải tán. | 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹  🚹  - HS tập trung thực hiện theo chỉ dẫn của GV.  - HS nhận nhiệm vụ mới về nhà hoàn thiện  - HS đáp khỏe |