



NGÔ VIỆT HOÀN (Chủ biên) – NGUYỄN VĂN TOẢN

KẾ HOẠCH BÀI DẠY

MÔN

GIÁO DỤC THỂ CHẤT

LỚP 9

(HỖ TRỢ GIÁO VIÊN THIẾT KẾ KẾ HOẠCH BÀI DẠY
THEO SÁCH GIÁO KHOA GIÁO DỤC THỂ CHẤT 9 –
BỘ SÁCH KẾT NỐI TRI THỨC VỚI CUỘC SỐNG)



NHÀ XUẤT BẢN GIÁO DỤC VIỆT NAM

QUY ƯỚC VIẾT TẮT DÙNG TRONG SÁCH

GV:	Giáo viên
HS:	Học sinh
SGK:	Sách giáo khoa
SGV:	Sách giáo viên
GDTC:	Giáo dục thể chất
TDTT	Thể dục thể thao

LỜI NÓI ĐẦU

Kế hoạch bài dạy Giáo dục Thể chất 9 là tài liệu hỗ trợ giáo viên trong việc lập kế hoạch bài dạy theo Sách giáo khoa Giáo dục Thể chất 9 thuộc bộ sách *Kết nối tri thức với cuộc sống* Nhà xuất bản Giáo dục Việt Nam. Tài liệu này giúp giáo viên có thể nhanh chóng triển khai thực hiện việc dạy học theo *Chương trình Giáo dục phổ thông 2018*.

Kế hoạch bài dạy Giáo dục Thể chất 9 được biên soạn bởi nhóm giáo viên có kinh nghiệm dạy học theo hướng đổi mới và tích hợp. Những tài liệu định hướng cho việc biên soạn **Kế hoạch bài dạy Giáo dục Thể chất 9** gồm:

- Sách giáo khoa (SGK) và Sách giáo viên (SGV) *Giáo dục Thể chất 9* (bộ sách *Kết nối tri thức với cuộc sống* của Nhà xuất bản Giáo dục Việt Nam).
- Tài liệu tập huấn giáo viên về Chương trình Giáo dục phổ thông 2018 và SGK *Giáo dục Thể chất 9* – bộ sách *Kết nối tri thức với cuộc sống*.
- Công văn số 5512/BGDĐT – GDTrH ngày 18 tháng 12 năm 2020 của Bộ Giáo dục và Đào tạo, Phụ lục IV: *Khung kế hoạch bài dạy*.

Căn cứ đặc thù của môn học, đặc điểm cấu trúc bài học của SGK, nhóm tác giả có sự điều chỉnh cách trình bày một số nội dung như: mục tiêu chung của bài học và các mục tiêu cụ thể trong từng hoạt động, cách phân bố các cấu phần trong tiến trình dạy học. Việc điều chỉnh cách trình bày một số mục, phần trong tài liệu này so với hướng dẫn 5512/BGDĐT – GDTrH không làm ảnh hưởng đến đặc trưng thiết kế bài dạy theo định hướng phát triển năng lực của HS. Việc điều chỉnh còn nhằm mục đích hiện thực hoá *định hướng đổi mới* theo Chương trình giáo dục phổ thông 2018 và SGK *Giáo dục Thể chất 9*.

Riêng đối với tiết kiểm tra đánh giá định kì, mỗi chủ đề xây dựng nội dung kiểm tra, đánh giá phù hợp với nội dung trong chủ đề và năng lực học sinh. Còn thời điểm đánh giá tùy thuộc vào địa phương khi xây dựng phân phối chương trình.

Nhóm tác giả hi vọng rằng **Kế hoạch bài dạy Giáo dục Thể chất 9** là tư liệu tham khảo thiết thực, bổ ích, giúp thầy cô giảm bớt những khó khăn ban đầu trong việc thực hiện Chương trình và Sách giáo khoa mới. Chúng tôi rất mong nhận được ý kiến đóng góp của quý thầy cô và bạn đọc để sách được hoàn thiện hơn.

Trân trọng cảm ơn.

CÁC TÁC GIẢ

VẬN ĐỘNG CƠ BẢN

CHỦ ĐỀ 1. CHẠY CỰ LI NGẮN 100 M

BÀI 1. Củng cố kĩ thuật xuất phát thấp và chạy lao sau xuất phát (4 tiết)

TIẾT 1, 2. Củng cố kĩ thuật xuất phát thấp và chạy lao sau xuất phát

I. MỤC TIÊU

1. Kiến thức

Nhận biết được nội dung, yêu cầu của củng cố kĩ thuật xuất phát thấp và chạy lao sau xuất phát; rèn luyện sức khỏe bằng tầm không khí; biết cách luyện tập.

2. Năng lực

- Bước đầu hoàn thành được giai đoạn xuất phát thấp và chạy lao sau xuất phát.
- Bước đầu biết sử dụng sử dụng yếu tố tự nhiên (tầm không khí) để rèn luyện sức khỏe.
- Biết một số điều luật cơ bản trong thi đấu chạy cự li ngắn.

3. Phẩm chất

Nỗ lực hoàn thành nội dung học tập và lượng vận động của bài tập.

II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU

- Sân tập điền kinh có đường chạy tối thiểu 100 m.
- Dụng cụ, trang thiết bị: Còi, đồng hồ bấm giây, bộ tranh ảnh, dụng cụ phục vụ dạy học và luyện tập.
- SGK Giáo dục thể chất 9 (Bộ sách Kết nối tri thức với cuộc sống).

III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC

HOẠT ĐỘNG MỞ ĐẦU

- 1. Mục tiêu:** Giúp HS nhận biết về củng cố kĩ thuật xuất phát thấp và chạy lao sau xuất phát; cơ thể HS đạt trạng thái sẵn sàng thực hiện các bài tập vận động.
- 2. Nội dung:** Khởi động tư duy, chuẩn bị tâm thế và khởi động cơ thể.

3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

GV tổ chức hoạt động	Hoạt động của HS	Kết quả/sản phẩm học tập
– Nhận lớp, kiểm tra sĩ số, tình hình sức khoẻ học sinh.	– Chỉ huy tập trung lớp, đóng hàng và báo cáo sĩ số.	– HS xếp thành 3 hoặc 4 hàng ngang.
– Phổ biến mục tiêu, nội dung, nhiệm vụ học tập.	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết được nội dung bài học.
– Đặt câu hỏi để thu hút, kích lệ sự tập trung chú ý và khai thác vốn hiểu biết của HS đối với nội dung tiết học: “ <i>Hãy kể tên các giai đoạn chạy cự li ngắn theo thứ tự thực hiện</i> ”.	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi của GV.	– HS hình thành được mối liên hệ với nội dung bài học. Đáp án: Xuất phát; Chạy lao sau xuất phát; Chạy giữa quãng; Chạy về đích.
– Khởi động chung: Chạy chậm theo vòng tròn, xoay các khớp, ép dọc, ép ngang.	– Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng ngang).	– HS thực hiện đủ số lần theo nhịp hô của chỉ huy.
– Khởi động chuyên môn: Chạy bước nhỏ, chạy nâng cao đùi, chạy đạp sau, chạy tăng tốc độ trên cự li 10 – 15 m, thực hiện 2 lần.	– Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng dọc).	– HS thực hiện đủ 1 lần × 15 m.

HOẠT ĐỘNG HÌNH THÀNH KIẾN THỨC MỚI

1. Mục tiêu: Biết sử dụng yếu tố tự nhiên (tắm không khí) để rèn luyện sức khoẻ; hình thành ở HS kiến thức, kĩ năng thực hiện củng cố kĩ thuật xuất phát thấp và chạy lao sau xuất phát, biết cách luyện tập; biết một số điều luật cơ bản trong thi đấu chạy cự li ngắn.

2. Nội dung: Củng cố kĩ thuật xuất phát thấp và chạy lao sau xuất phát.

3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

GV tổ chức hoạt động	Hoạt động của HS	Kết quả/sản phẩm học tập
– Hướng dẫn rèn luyện sức khoẻ bằng tắm không khí (SGK GDTC 9 tr.4,5).	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết lựa chọn và sử dụng yếu tố tự nhiên (tắm không khí) để rèn luyện sức khoẻ
– Giới thiệu mục đích, tác dụng của củng cố kĩ thuật xuất phát thấp và chạy lao sau xuất phát.	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết được mục đích, tác dụng của củng cố kĩ thuật xuất phát thấp và chạy lao sau xuất phát.

– Sử dụng hình ảnh trực quan hoặc video (nếu có), phân tích thị phạm động tác mẫu củng cố kĩ thuật xuất phát thấp và chạy lao sau xuất phát; cách luyện tập.	– Quan sát, ghi nhớ cấu trúc, trình tự củng cố kĩ thuật xuất phát thấp và chạy lao sau xuất phát.	– HS hình thành biểu tượng đúng về củng cố kĩ thuật xuất phát thấp và chạy lao sau xuất phát.
– Cho HS đồng loạt luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV về củng cố kĩ thuật xuất phát thấp và chạy lao sau xuất phát.	– Luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV.	– HS bước đầu thực hiện củng cố kĩ thuật xuất phát thấp và chạy lao sau xuất phát và biết phương pháp luyện tập.
– Chỉ dẫn các sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.	– Chú ý lắng nghe, tự sửa chữa.	– HS nhận biết được những sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.
– Giới thiệu một số điều luật cơ bản trong thi đấu chạy cự li ngắn (SGK GDTC 9 tr.13).	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết được một số điều luật cơ bản trong thi đấu chạy cự li ngắn.

HOẠT ĐỘNG LUYỆN TẬP

1. Mục tiêu: Thực hành củng cố kĩ thuật xuất phát thấp và chạy lao sau xuất phát.
2. Nội dung: Luyện tập củng cố kĩ thuật xuất phát thấp và chạy lao sau xuất phát.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Phổ biến nội dung, yêu cầu và hướng dẫn trình tự luyện tập.	– Chú ý lắng nghe và quan sát.	– HS biết được nội dung, yêu cầu và trình tự luyện tập.
– Tổ chức các hình thức luyện tập. – Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn hoạt động luyện tập của HS.	a) Luyện tập cá nhân. HS tự hô khẩu lệnh: – Xuất phát thấp theo khẩu lệnh tự hô, thực hiện 3 – 5 lần. – Luyện tập bước chạy đầu tiên sau xuất phát từ chậm đến nhanh theo khẩu lệnh tự hô, thực hiện 5 – 7 lần.	– HS thực hiện được đúng số lần và cự li.

	– Phối hợp xuất phát thấp và chạy lao theo khẩu lệnh tự hô cự li 15 – 20 m, thực hiện 2 – 3 lần xen kẽ quãng nghỉ 4 – 5 phút. – Chạy tăng tốc độ 15 – 20 m, thực hiện 2 – 3 lần xen kẽ quãng nghỉ 4 – 5 phút. b) Luyện tập cặp đôi Luân phiên hô khẩu lệnh giúp bạn củng cố kĩ thuật xuất phát thấp, chạy lao sau xuất phát: – Xuất phát thấp theo khẩu lệnh, chạy ra trước 3 – 5 m với nỗ lực tối đa sau đó chạy theo quán tính, thực hiện 3 – 5 lần xen kẽ quãng nghỉ 2 – 3 phút. – Xuất phát thấp theo khẩu lệnh kết hợp chạy lao 5 – 7 m với nỗ lực tối đa sau đó chạy theo quán tính, thực hiện 3 – 5 lần xen kẽ quãng nghỉ 2 – 3 phút. – Xuất phát thấp theo khẩu lệnh, chạy lao 15 – 20 m với nỗ lực tối đa, thực hiện 2 – 3 lần xen kẽ quãng nghỉ 3 – 4 phút.	
– Hướng dẫn HS phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.		– HS tự phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.

HOẠT ĐỘNG VẬN DỤNG

1. Mục tiêu: HS vận dụng được nội dung bài học vào thực tiễn học tập hoặc cuộc sống.
2. Nội dung: Vận dụng bài tập củng cố kĩ thuật xuất phát thấp và chạy lao sau xuất phát để rèn luyện sức nhanh.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Hướng dẫn HS vận dụng trong quá trình luyện tập: Thay đổi yêu cầu luyện tập xuất phát	– Vận dụng bài tập củng cố kĩ thuật xuất phát thấp và chạy lao sau xuất phát trong quá trình luyện tập.	– HS biết vận dụng bài tập củng cố kĩ thuật xuất phát thấp và chạy lao sau xuất phát để rèn luyện sức

thấp và phối hợp chạy lao sau xuất phát theo hướng nâng cao: Mức độ chính xác, ổn định về kĩ thuật; về tốc độ và sức mạnh rời bàn đạp; về tốc độ và khả năng duy trì tư thế chạy lao. – Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng: Thực hiện bước chạy đầu tiên quá dài khi xuất phát thấp có ảnh hưởng như thế nào đối với tốc độ chạy lao?	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi vận dụng.	nhanh trong quá trình luyện tập. Đáp án câu hỏi vận dụng: Triệt tiêu sức mạnh đạp sau khi rời bàn đạp; giảm độ ngả cần thiết của thân trên khi thực hiện các bước chạy lao
– Giao nhiệm vụ cho HS luyện tập vào thời gian rèn luyện thể dục hằng ngày, có sản phẩm bằng hình ảnh hoặc video.	– Cá nhân chủ động thực hiện nhiệm vụ GV giao, có báo cáo (kèm theo minh chứng) hoặc trình diễn kết quả.	– Video tự luyện tập bài tập kĩ thuật xuất phát thấp và chạy lao sau xuất phát để rèn luyện sức nhanh khi rèn luyện thể dục hằng ngày.

HOẠT ĐỘNG KẾT THÚC

1. Mục tiêu: Đưa cơ thể HS trở về trạng thái ban đầu sau giờ học.
2. Nội dung: Hồi phục sau luyện tập; nhận xét, đánh giá kết quả học tập của HS.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Hướng dẫn HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Tự tổ chức thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Cơ thể HS được thả lỏng.
– Nhận xét về thái độ, đánh giá kết quả học tập và vận dụng của HS.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét.	– HS biết được kết quả học tập và vận dụng của bản thân.
– Hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét và hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới. Có thể đề xuất ý kiến với GV.	– HS biết nội dung cần chuẩn bị cho bài học tiếp theo.

TIẾT 3, 4. LUYỆN TẬP Củng cố KỸ THUẬT XUẤT PHÁT THẤP VÀ CHẠY LAO SAU XUẤT PHÁT

I. MỤC TIÊU

1. Kiến thức

Hiểu được cấu trúc và cách luyện tập kỹ thuật xuất phát thấp và chạy lao sau xuất phát.

2. Năng lực

- Hoàn thành được giai đoạn xuất phát thấp và chạy lao sau xuất phát.
- Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và luyện tập.

3. Phẩm chất

Chủ động hợp tác với các bạn trong học tập và trong tự học, tự rèn luyện.

II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU

- Sân tập điền kinh có đường chạy tối thiểu 100 m.
- Dụng cụ, trang thiết bị: Còi, đồng hồ bấm giây, bộ tranh ảnh, dụng cụ phục vụ dạy học và luyện tập.
- SGK Giáo dục thể chất 9 (Bộ sách Kết nối tri thức với cuộc sống).

III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC

HOẠT ĐỘNG MỞ ĐẦU

1. Mục tiêu: Cơ thể HS đạt trạng thái sẵn sàng thực hiện các bài tập vận động.
2. Nội dung: Khởi động tư duy, chuẩn bị tâm thế và khởi động cơ thể.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Nhận lớp, kiểm tra sĩ số, tình hình sức khỏe học sinh.	– Chỉ huy tập trung lớp, đóng hàng và báo cáo sĩ số.	– HS xếp thành 3 hoặc 4 hàng ngang.
– Phổ biến mục tiêu, nội dung, nhiệm vụ học tập.	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết được nội dung bài học.
– Đặt câu hỏi để thu hút, kích lệ sự tập trung chú ý và khai thác vốn hiểu biết của HS đối với nội dung tiết học: “ <i>Những tố chất thể lực nào có tính đặc trưng cho chạy cự li ngắn?</i> ”.	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi của GV.	– HS hình thành được mối liên hệ với nội dung bài học. Đáp án: Năng lực phản ứng với tín hiệu biết trước; sức mạnh tốc độ; sức nhanh tần số; sức bền tốc độ.

– Khởi động chung: Chạy chậm theo vòng tròn, xoay các khớp, ép dọc, ép ngang.	– Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng ngang).	– HS thực hiện đủ số lần theo nhịp hô của chỉ huy.
– Trò chơi hỗ trợ khởi động: “Ai nhanh hơn” (SGK GDTC 9 tr.11).	– Hoạt động cả lớp (đứng theo đội hình trò chơi quy định).	– HS được vận động và vui vẻ khi thực hiện trò chơi.

HOẠT ĐỘNG HÌNH THÀNH KIẾN THỨC MỚI

1. Mục tiêu: HS hiểu về kiến thức, kỹ năng thực hiện củng cố kỹ thuật xuất phát thấp và chạy lao sau xuất phát, biết cách luyện tập.
2. Nội dung: Củng cố kỹ thuật xuất phát thấp và chạy lao sau xuất phát.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Sử dụng hình ảnh trực quan hoặc video (nếu có), phân tích thị phạm động tác mẫu củng cố kỹ thuật xuất phát thấp và chạy lao sau xuất phát; cách luyện tập.	– Quan sát, ghi nhớ cấu trúc, trình tự củng cố kỹ thuật xuất phát thấp và chạy lao sau xuất phát.	– HS hình thành biểu tượng đúng về củng cố kỹ thuật xuất phát thấp và chạy lao sau xuất phát.
– Cho HS đồng loạt luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV về củng cố kỹ thuật xuất phát thấp và chạy lao sau xuất phát.	– Luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV.	– HS bước đầu thực hiện củng cố kỹ thuật xuất phát thấp và chạy lao sau xuất phát và biết phương pháp luyện tập.
– Chỉ dẫn các sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.	– Chú ý lắng nghe, tự sửa chữa.	– HS nhận biết được những sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.

HOẠT ĐỘNG LUYỆN TẬP

1. Mục tiêu: Thực hành củng cố kỹ thuật xuất phát thấp và chạy lao sau xuất phát.
2. Nội dung: Luyện tập củng cố kỹ thuật xuất phát thấp và chạy lao sau xuất phát.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Phổ biến nội dung, yêu cầu và hướng dẫn trình tự luyện tập.	– Chú ý lắng nghe và quan sát.	– HS biết được nội dung, yêu cầu và trình tự luyện tập.
– Tổ chức các hình thức luyện tập. – Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn hoạt động luyện tập của HS.	Luyện tập nhóm Luân phiên chỉ huy nhóm luyện tập: – Xuất phát thấp theo khẩu lệnh kết hợp chạy lao cự li 15 – 20 m với nỗ lực tối đa sau đó chạy theo quán tính, thực hiện 3 – 5 lần xen kẽ quãng nghỉ 4 – 5 phút. – Xuất phát thấp theo khẩu lệnh, phối hợp chạy lao cự li 25 – 30 m với nỗ lực tối đa sau đó chạy theo quán tính, thực hiện 2 – 3 lần xen kẽ quãng nghỉ 5 – 6 phút.	– HS thực hiện được đúng số lần và cự li.
– Hướng dẫn HS phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.		– HS tự phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.
– Trò chơi phát triển sức nhanh: “ <i>Đổi bóng</i> ” (SGK GDTC 9 tr.15).	– Hoạt động cả lớp (đứng theo đội hình trò chơi quy định).	– HS phát triển sức nhanh và vui vẻ khi thực hiện trò chơi.

HOẠT ĐỘNG VẬN DỤNG

- 1.** Mục tiêu: HS vận dụng được nội dung bài học vào thực tiễn học tập hoặc cuộc sống.
- 2.** Nội dung: Vận dụng bài tập củng cố kĩ thuật xuất phát thấp và chạy lao sau xuất phát để rèn luyện sức nhanh.
- 3.** Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Hướng dẫn HS vận dụng trong quá trình luyện tập: Sử dụng các bài tập thể lực để rèn luyện và phát triển sức nhanh phản ứng đối với hiệu lệnh	– Vận dụng bài tập các bài tập thể lực để rèn luyện và phát triển sức nhanh phản ứng đối với hiệu lệnh xuất phát, sức mạnh tốc độ và	– HS biết vận dụng các bài tập thể lực để rèn luyện và phát triển sức nhanh phản ứng đối với hiệu lệnh xuất phát, sức mạnh tốc độ và

xuất phát, sức mạnh tốc độ và sức bền tốc độ. – Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng: + Hãy nêu vai trò của bước chạy đầu tiên sau khi rời bàn đạp? + Người tập phải làm gì để duy trì được độ ngả thân trên khi thực hiện kĩ thuật chạy lao?	sức bền tốc độ trong quá trình luyện tập. – Suy nghĩ, trả lời câu hỏi vận dụng.	và sức bền tốc độ trong quá trình luyện tập. Đáp án câu hỏi vận dụng: + Phát huy hiệu quả và tư thế của xuất phát thấp; định hình về tư thế, độ dài bước chạy và tốc độ của chạy lao,... + Duy trì được sức mạnh đạp sau và tư thế thân trên được tạo ra khi rời bàn đạp; đạp sau với nỗ lực cao nhất; có bước chạy đầu tiên hợp lí, đúng kĩ thuật; độ dài những bước chạy đầu tiên tương đối ngắn,...
– Giao nhiệm vụ cho HS luyện tập vào thời gian rèn luyện thể dục hằng ngày, có sản phẩm bằng hình ảnh hoặc video.	– Cá nhân chủ động thực hiện nhiệm vụ GV giao, có báo cáo (kèm theo minh chứng) hoặc trình diễn kết quả.	– Video tự luyện tập bài tập kĩ thuật xuất phát thấp và chạy lao sau xuất phát để rèn luyện sức nhanh khi rèn luyện thể dục hằng ngày.

HOẠT ĐỘNG KẾT THÚC

- Mục tiêu:** Đưa cơ thể HS trở về trạng thái ban đầu sau giờ học.
- Nội dung:** Hồi phục sau luyện tập; nhận xét, đánh giá kết quả học tập của HS.
- Tổ chức thực hiện và sản phẩm:**

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Hướng dẫn HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Tự tổ chức thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Cơ thể HS được thả lỏng.
– Nhận xét về thái độ, đánh giá kết quả học tập và vận dụng của HS.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét.	– HS biết được kết quả học tập và vận dụng của bản thân.
– Hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét và hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới. Có thể đề xuất ý kiến với GV.	– HS biết nội dung cần chuẩn bị cho bài học tiếp theo.

BÀI 2. Củng cố kĩ thuật chạy giữa quãng và về đích (5 tiết)

TIẾT 1, 2. Củng cố kĩ thuật chạy giữa quãng và về đích

I. MỤC TIÊU

1. Kiến thức

Nhận biết được nội dung, yêu cầu củng cố chạy giữa quãng và về đích; biết dựa dinh dưỡng đối với luyện tập nhằm phát triển sức nhanh; biết cách luyện tập.

2. Năng lực

- Bước đầu hoàn thành được giai đoạn chạy giữa quãng và về đích.
- Bước đầu biết sử dụng dinh dưỡng đối với luyện tập nhằm phát triển sức nhanh.
- Lựa chọn và sử dụng được các bài tập để phát triển thể lực.

3. Phẩm chất

Chủ động, tích cực trong tự học và rèn luyện thân thể.

II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU

- Sân tập điền kinh có đường chạy tối thiểu 100 m.
- Dụng cụ, trang thiết bị: Còi, đồng hồ bấm giây, bộ tranh ảnh, dụng cụ phục vụ dạy học và luyện tập.
- SGK Giáo dục thể chất 9 (Bộ sách Kết nối tri thức với cuộc sống).

III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC

HOẠT ĐỘNG MỞ ĐẦU

1. Mục tiêu: Giúp HS có nhận biết bước đầu về củng cố kĩ thuật chạy giữa quãng và về đích; cơ thể HS đạt trạng thái sẵn sàng thực hiện các bài tập vận động.
2. Nội dung: Khởi động tư duy, chuẩn bị tâm thế và khởi động cơ thể.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Nhận lớp, kiểm tra sĩ số, tình hình sức khỏe học sinh.	– Chỉ huy tập trung lớp, dóng hàng và báo cáo sĩ số.	– HS xếp thành 3 hoặc 4 hàng ngang.
– Phổ biến mục tiêu, nội dung, nhiệm vụ học tập.	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết được nội dung bài học.

– Đặt câu hỏi để thu hút, kích lệ sự tập trung chú ý và khai thác vốn hiểu biết của HS đối với nội dung tiết học: “ <i>Nhiệm vụ của giai đoạn chạy giữa quãng trong chạy cự li ngắn là gì?</i> ”.	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi của GV.	– HS hình thành được mối liên hệ với nội dung bài học. Đáp án: Duy trì và phát huy tốc độ đã đạt được ở cuối giai đoạn chạy lao.
– Khởi động chung: Chạy chậm theo vòng tròn, xoay các khớp, ép dọc, ép ngang.	– Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng ngang).	– HS thực hiện đủ số lần theo nhịp hô của chỉ huy.
– Khởi động chuyên môn: Chạy bước nhỏ, chạy nâng cao đùi, chạy đạp sau, chạy tăng tốc độ trên cự li 10 – 15 m, thực hiện 2 lần.	– Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng dọc).	– HS thực hiện đủ 1 lần × 15 m.

HOẠT ĐỘNG HÌNH THÀNH KIẾN THỨC MỚI

1. Mục tiêu: Biết sử dụng dinh dưỡng đối với luyện tập nhằm phát triển sức nhanh; Hình thành ở HS kiến thức, kĩ năng thực hiện củng cố kĩ thuật chạy giữa quãng và về đích, biết cách luyện tập.
2. Nội dung: Củng cố kĩ thuật chạy giữa quãng và về đích.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Hướng dẫn sử dụng dinh dưỡng đối với luyện tập nhằm phát triển sức nhanh (SGK GDTC 9 tr.8,9).	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết lựa chọn và sử dụng sử dụng dinh dưỡng đối với luyện tập nhằm phát triển sức nhanh.
– Giới thiệu mục đích, tác dụng của củng cố kĩ thuật chạy giữa quãng và về đích.	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết được mục đích, tác dụng của củng cố kĩ thuật chạy giữa quãng và về đích.
– Sử dụng hình ảnh trực quan hoặc video (nếu có), phân tích thị phạm động tác mẫu củng cố chạy giữa quãng và về đích; cách luyện tập.	– Quan sát, ghi nhớ cấu trúc, trình tự củng cố kĩ thuật chạy giữa quãng và về đích.	– HS hình thành biểu tượng đúng về củng cố kĩ thuật chạy giữa quãng và về đích.

– Cho HS đồng loạt luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV về củng cố kĩ thuật chạy giữa quãng và về đích.	– Luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV.	– HS bước đầu thực hiện củng cố kĩ thuật chạy giữa quãng và về đích và biết phương pháp luyện tập.
– Chỉ dẫn các sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.	– Chú ý lắng nghe, tự sửa chữa.	– HS nhận biết được những sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.

HOẠT ĐỘNG LUYỆN TẬP

1. Mục tiêu: Thực hành củng cố kĩ thuật kĩ thuật chạy giữa quãng và về đích.
2. Nội dung: Luyện tập củng cố kĩ thuật kĩ thuật chạy giữa quãng và về đích.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Phổ biến nội dung, yêu cầu và hướng dẫn trình tự luyện tập.	– Chú ý lắng nghe và quan sát.	– HS biết được nội dung, yêu cầu và trình tự luyện tập.
– Tổ chức các hình thức luyện tập. – Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn hoạt động luyện tập của HS.	Luyện tập cá nhân HS tự hô khẩu lệnh: – Chạy tăng tốc độ và duy trì tốc độ tối đa cự li 30 – 40 m, thực hiện 2 – 3 lần xen kẽ quãng nghỉ 3 – 4 phút. – Chạy tăng tốc độ và duy trì tốc độ tối đa cự li 40 – 60 m xen kẽ chạy chậm cự li 150 – 200 m, thực hiện 2 lần. – Chạy tăng tốc độ và duy trì tốc độ tối đa cự li 80 – 100 m, thực hiện 2 lần xen kẽ quãng nghỉ 5 – 7 phút. – Lựa chọn và thực hiện bài tập thể lực phù hợp với nhu cầu bản thân.	– HS thực hiện được đúng số lần và cự li.

– Hướng dẫn HS phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.		– HS tự phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.
---	--	--

HOẠT ĐỘNG VẬN DỤNG

1. Mục tiêu: HS vận dụng được nội dung bài học vào thực tiễn học tập hoặc cuộc sống.
2. Nội dung: Vận dụng bài tập củng cố kĩ thuật chạy giữa quãng và về đích để rèn luyện sức nhanh.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Hướng dẫn HS vận dụng trong quá trình luyện tập: Thay đổi yêu cầu luyện tập theo hướng: Tăng cường mức độ chính xác, ổn định về tư thế và tốc độ chạy giữa quãng; duy trì được tốc độ cao nhất khi về đích; cảm nhận chính xác về thời điểm đánh đích; đảm bảo tính nhịp điệu khi chuyển tiếp giữa các giai đoạn; rút ngắn thời gian thực hiện toàn cự li. – Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng: Trong chạy 100 m, dấu hiệu nào thể hiện sự hạn chế về sức bền tốc độ của người tập? – Giao nhiệm vụ cho HS luyện tập vào thời gian rèn luyện thể dục hằng ngày, có sản phẩm bằng hình ảnh hoặc video.	– Vận dụng bài tập củng cố kĩ thuật xuất phát thấp và chạy lao sau xuất phát trong quá trình luyện tập. – Suy nghĩ, trả lời câu hỏi vận dụng.	– HS biết vận dụng bài tập củng cố kĩ thuật xuất phát thấp và chạy lao sau xuất phát để rèn luyện sức nhanh trong quá trình luyện tập. Đáp án câu hỏi vận dụng: Giảm tốc độ ở cuối giai đoạn chạy giữa quãng và về đích; bước chạy giảm về độ dài và hướng; tư thế thân trên không ổn định;...
	– Cá nhân chủ động thực hiện nhiệm vụ GV giao, có báo cáo (kèm theo minh chứng) hoặc trình diễn kết quả.	– Video tự luyện tập bài tập kĩ thuật giữa quãng và về đích để rèn luyện sức nhanh khi rèn luyện thể dục hằng ngày.

HOẠT ĐỘNG KẾT THÚC

1. Mục tiêu: Đưa cơ thể HS trở về trạng thái ban đầu sau giờ học.
2. Nội dung: Hồi phục sau luyện tập; nhận xét, đánh giá kết quả học tập của HS.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Hướng dẫn HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Tự tổ chức thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Cơ thể HS được thả lỏng.
– Nhận xét về thái độ, đánh giá kết quả học tập và vận dụng của HS.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét.	– HS biết được kết quả học tập và vận dụng của bản thân.
– Hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét và hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới. Có thể đề xuất ý kiến với GV.	– HS biết nội dung cần chuẩn bị cho bài học tiếp theo.

TIẾT 4, 5, 6. LUYỆN TẬP Củng cố kĩ thuật chạy giữa quãng và về đích

I. MỤC TIÊU

1. Kiến thức

Hiểu được cấu trúc và cách luyện tập củng cố kĩ thuật chạy giữa quãng và về đích; phối hợp các giai đoạn chạy cự li ngắn.

2. Năng lực:

Hoàn thành được giai đoạn chạy giữa quãng và về đích; phối hợp được các giai đoạn chạy cự li ngắn.

3. Phẩm chất

Chủ động, tích cực trong tự học và rèn luyện thân thể.

II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU

- Sân tập điền kinh có đường chạy tối thiểu 100 m.
- Dụng cụ, trang thiết bị: Còi, đồng hồ bấm giây, bộ tranh ảnh, dụng cụ phục vụ dạy học và luyện tập.
- SGK Giáo dục thể chất 9 (Bộ sách Kết nối tri thức với cuộc sống).

III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC

HOẠT ĐỘNG MỞ ĐẦU

1. Mục tiêu: Cơ thể HS đạt trạng thái sẵn sàng thực hiện các bài tập vận động.
2. Nội dung: Khởi động tư duy, chuẩn bị tâm thể và khởi động cơ thể.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

GV tổ chức hoạt động	Hoạt động của HS	Kết quả/sản phẩm học tập
– Nhận lớp, kiểm tra sĩ số, tình hình sức khỏe.	– Chỉ huy tập trung lớp, dóng hàng và báo cáo sĩ số.	– HS xếp thành 3 hoặc 4 hàng ngang.
– Phổ biến mục tiêu, nội dung, nhiệm vụ học tập.	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết được nội dung bài học.
– Đặt câu hỏi để thu hút, kích lệ sự tập trung chú ý và khai thác vốn hiểu biết của HS đối với nội dung tiết học: “Vai trò của đánh tay trong chạy cự li ngắn là gì?”	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi của GV.	– HS hình thành được mối liên hệ với nội dung bài học. Đáp án: Góp phần tạo ra và ổn định nhịp điệu của bước chạy, duy trì sự ổn định về hướng chạy, giữ thăng bằng cho cơ thể khi thực hiện các bước chạy,...
– Khởi động chung: Chạy chậm theo vòng tròn, xoay các khớp, ép dọc, ép ngang.	– Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng ngang).	– HS thực hiện đủ số lần theo nhịp hô của chỉ huy.
– Trò chơi hỗ trợ khởi động: “Bật nhảy theo vạch” (SGK GDTC 9 tr.16).	– Hoạt động cả lớp (đứng theo đội hình trò chơi quy định).	– HS được vận động và vui vẻ khi thực hiện trò chơi.

HOẠT ĐỘNG HÌNH THÀNH KIẾN THỨC MỚI

- 1. Mục tiêu:** HS hiểu về kiến thức, kĩ năng thực hiện củng cố kĩ thuật chạy giữa quãng và về đích; phối hợp các giai đoạn chạy cự li ngắn; biết cách luyện tập.
- 2. Nội dung:** Củng cố kĩ thuật chạy giữa quãng và về đích; phối hợp các giai đoạn chạy cự li ngắn.
- 3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:**

GV tổ chức hoạt động	Hoạt động của HS	Kết quả/sản phẩm học tập
– Sử dụng hình ảnh trực quan hoặc video (nếu có), phân tích thị phạm động tác mẫu củng cố chạy giữa quãng và về đích; Phối hợp các giai đoạn chạy cự li ngắn; cách luyện tập.	– Quan sát, ghi nhớ cấu trúc, trình tự củng cố kĩ thuật chạy giữa quãng và về đích; Phối hợp các giai đoạn chạy cự li ngắn.	– HS hình thành biểu tượng đúng về củng cố kĩ thuật chạy giữa quãng và về đích; Phối hợp các giai đoạn chạy cự li ngắn.
– Cho HS đồng loạt luyện tập theo khẩu lệnh và động tác	– Luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV.	– HS bước đầu thực hiện củng cố kĩ thuật chạy giữa

mẫu của GV về củng cố kĩ thuật chạy giữa quãng và về đích; phối hợp các giai đoạn chạy cự li ngắn.		quãng và về đích; phối hợp các giai đoạn chạy cự li ngắn và biết phương pháp luyện tập.
– Chỉ dẫn các sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.	– Chú ý lắng nghe, tự sửa chữa.	– HS nhận biết được những sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.

HOẠT ĐỘNG LUYỆN TẬP

1. Mục tiêu: Thực hành củng cố kĩ thuật kĩ thuật chạy giữa quãng và về đích; phối hợp các giai đoạn chạy cự li ngắn.
2. Nội dung: Luyện tập củng cố kĩ thuật kĩ thuật chạy giữa quãng và về đích; Phối hợp các giai đoạn chạy cự li ngắn.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Phổ biến nội dung, yêu cầu và hướng dẫn trình tự luyện tập.	– Chú ý lắng nghe và quan sát.	– HS biết được nội dung, yêu cầu và trình tự luyện tập.
– Tổ chức các hình thức luyện tập. – Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn hoạt động luyện tập của HS.	Luyện tập nhóm Luân phiên chỉ huy nhóm luyện tập: – Chạy tăng tốc độ và duy trì tốc độ tối đa cự li 40 – 60 m, thực hiện 2 – 3 lần xen kẽ quãng nghỉ 4 – 5 phút. – Xuất phát thấp theo khẩu lệnh, phối hợp chạy lao và chạy giữa quãng cự li 60 – 80 m với tốc độ tối đa, thực hiện 2 – 3 lần xen kẽ quãng nghỉ 4 – 6 phút. – Chạy tăng tốc độ 10 – 15 m, thực hiện 2 – 3 lần xen kẽ quãng nghỉ 3 – 4 phút.	– HS thực hiện được đúng số lần và cự li.

	– Chạy tăng tốc độ và duy trì tốc độ tối đa cự li 30 – 40 m, 40 – 60 m phối hợp đánh đích, mỗi bài tập thực hiện 2 – 3 lần xen kẽ quãng nghỉ 3 – 5 phút. – Chạy tăng tốc độ và duy trì tốc độ tối đa cự li 60 – 80 m phối hợp đánh đích, thực hiện 1 – 2 lần xen kẽ quãng nghỉ 5 – 6 phút. – Xuất phát và chạy với tốc độ tối đa cự li 20 – 30 m, thực hiện 2 lần xen kẽ quãng nghỉ 3 – 4 phút. – Xuất phát và chạy với tốc độ tối đa cự li 60 m, thực hiện 2 lần xen kẽ quãng nghỉ 4 – 5 phút. – Thực hiện toàn bộ kĩ thuật với tốc độ tối đa cự li 60 – 80 m, 80 – 100 m, mỗi bài tập thực hiện 1 – 2 lần xen kẽ quãng nghỉ 7 – 8 phút. – Thi đấu cự li 60 – 100 m, thực hiện 1 lần.	
– Hướng dẫn HS phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.		– HS tự phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.

HOẠT ĐỘNG VẬN DỤNG

1. Mục tiêu: HS vận dụng được nội dung bài học vào thực tiễn học tập hoặc cuộc sống.
2. Nội dung: Vận dụng bài tập củng cố kĩ thuật chạy giữa quãng và về đích; Phối hợp các giai đoạn chạy cự li ngắn để rèn luyện sức nhanh.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
Hướng dẫn HS vận dụng trong quá trình luyện tập: Sử dụng các bài tập thể lực để nâng cao sức mạnh tốc độ, sức bền tốc độ, tính nhịp điệu.	Vận dụng bài tập thể lực để nâng cao sức mạnh tốc độ, sức bền tốc độ, tính nhịp điệu trong quá trình luyện tập.	HS biết vận dụng bài tập thể lực để nâng cao sức mạnh tốc độ, sức bền tốc độ, tính nhịp điệu trong quá trình luyện tập.
- Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng: - Để rèn luyện và phát triển sức bền tốc độ trong chạy 100 m, quá trình luyện tập nên sử dụng những bài tập nào? - Hãy kể tên một số bài tập thể lực nhằm phát triển sức mạnh tốc độ trong luyện tập chạy cự li ngắn.	Suy nghĩ, trả lời câu hỏi vận dụng.	Đáp án câu hỏi vận dụng: - Lặp lại bài tập với quãng nghỉ ngắn; sử dụng bài tập toàn cự li với nỗ lực cao nhất;... - Gánh tạ 10 – 15 kg đứng lên ngồi xuống với tốc độ nhanh từ 10 – 15 lần; tại chỗ chạy nâng cao đùi với tốc độ tối đa trong 7 – 10 giây; tại chỗ bật nhảy nâng cao đùi với tốc độ tối đa trong 7 – 8 giây; bật nhảy đổi chân với bực cao 20 – 25, tốc độ tối đa trong 7 – 8 giây...
Giao nhiệm vụ cho HS luyện tập vào thời gian rèn luyện thể dục hằng ngày, có sản phẩm bằng hình ảnh hoặc video.	Cá nhân chủ động thực hiện nhiệm vụ GV giao, có báo cáo (kèm theo minh chứng) hoặc trình diễn kết quả.	Video tự luyện tập bài tập phối hợp các giai đoạn chạy cự li ngắn để rèn luyện sức nhanh khi rèn luyện thể dục hằng ngày.

HOẠT ĐỘNG KẾT THÚC

- Mục tiêu:** Đưa cơ thể HS trở về trạng thái ban đầu sau giờ học.
- Nội dung:** Hồi phục sau luyện tập; nhận xét, đánh giá kết quả học tập của HS.
- Tổ chức thực hiện và sản phẩm:**

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Hướng dẫn HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Tự tổ chức thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Cơ thể HS được thả lỏng.
– Nhận xét về thái độ, đánh giá kết quả học tập và vận dụng của HS.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét.	– HS biết được kết quả học tập và vận dụng của bản thân.
– Hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét và hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới. Có thể đề xuất ý kiến với GV.	– HS biết nội dung cần chuẩn bị cho bài học tiếp theo.

TIẾT KIỂM TRA

ĐÁNH GIÁ NỘI DUNG CHỦ ĐỀ CHẠY CỰ LI NGẮN

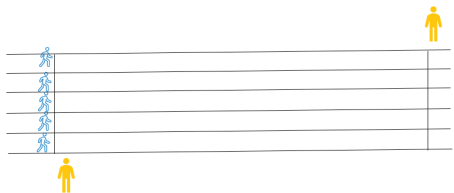
I. MỤC TIÊU

- Kiểm tra Phần 2: Vận động cơ bản – Chủ đề 1: Chạy cự li ngắn 100 m.
- Vận dụng được kiến thức đã học để làm bài kiểm tra – đánh giá.

II. THIẾT BỊ KIỂM TRA – ĐÁNH GIÁ VÀ HỌC LIỆU

- Sân điền kinh.
- Dụng cụ, trang thiết bị: Còi, đồng hồ bấm giờ, bàn đạp, cờ phát lệnh.

III. TỔ CHỨC CÁC HOẠT ĐỘNG KIỂM TRA – ĐÁNH GIÁ

<i>Nội dung kiểm tra</i>	<i>Tổ chức kiểm tra</i>	<i>Tiêu chí đánh giá</i>
Chạy cự li ngắn 100 m. – Thực hiện: Chạy cự li ngắn 100 m. – Yêu cầu: Chạy hết cự li.	 (Đội hình kiểm tra chạy cự li ngắn)	– Đúng kĩ thuật. – Thực hiện đúng luật điền kinh. – Chạy hết cự li. – Chạy đúng đường chạy.

Thang đánh giá

GV căn cứ vào: Kiến thức + Năng lực + Thái độ và sự tiến bộ của HS để xây dựng thang đánh giá cho phù hợp.

CHỦ ĐỀ 2. NHẢY CAO KIỂU NẪM NGHIÊNG

BÀI 1. KỸ THUẬT GIẬM NHẢY VÀ CHẠY ĐÀ KẾT HỢP GIẬM NHẢY (3 TIẾT)

TIẾT 1, 2, 3. KỸ THUẬT GIẬM NHẢY VÀ CHẠY ĐÀ KẾT HỢP GIẬM NHẢY

I. MỤC TIÊU

1. Kiến thức

Nhận biết được nội dung, yêu cầu kỹ thuật giậm nhảy và chạy đà kết hợp giậm nhảy, biết cách luyện tập; Sử dụng các yếu tố của môi trường nước để rèn luyện và phát triển thể chất.

2. Năng lực

- Thực hiện được kỹ thuật giậm nhảy và chạy đà kết hợp giậm nhảy; biết cách luyện tập và tổ chức luyện tập kỹ thuật nhảy cao kiểu nằm nghiêng.
- Hoàn thành lượng vận động của bài tập.
- Bước đầu biết sử dụng các yếu tố của môi trường nước để rèn luyện và phát triển thể chất.

3. Phẩm chất

Có trách nhiệm trong học tập và rèn luyện; hoà đồng với các bạn trong hoạt động tập thể.

II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU

- Sân tập điền kinh có hố nhảy xa.
- Dụng cụ, trang thiết bị: Dụng cụ vệ sinh hố nhảy xa, bục hỗ trợ giậm nhảy, còi, tranh ảnh.
- SGK *Giáo dục thể chất 9* (Bộ sách *Kết nối tri thức với cuộc sống*).

III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC

HOẠT ĐỘNG MỞ ĐẦU

1. Mục tiêu: Giúp HS có nhận biết bước đầu về cấu trúc kỹ thuật giậm nhảy và chạy đà kết hợp giậm nhảy; biết cách luyện tập; cơ thể HS đạt trạng thái sẵn sàng thực hiện các bài tập vận động.
2. Nội dung: Khởi động tư duy, chuẩn bị tâm thế và khởi động cơ thể.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

GV tổ chức hoạt động	Hoạt động của HS	Kết quả/sản phẩm học tập
– Nhận lớp, kiểm tra sĩ số, tình hình sức khoẻ học sinh. – Phổ biến mục tiêu, nội dung, nhiệm vụ học tập. – Đặt câu hỏi để thu hút, kích lệ sự tập trung chú ý và khai thác vốn hiểu biết của HS đối với nội dung tiết học: “+ Câu 1. Trong nhảy cao, giai đoạn nào có tác dụng tạo ra lực để đưa cơ thể vượt qua độ cao của xà? + Câu 2. Trong luyện tập các môn thể thao, sau giai đoạn trên không, kĩ thuật tiếp đất bằng chân có đặc điểm chung gì? + Câu 3. Trong thi đấu nhảy cao, luật thi đấu cho phép vận động viên đồng thời giậm nhảy bằng hai chân hay không?” – Khởi động chung: Chạy tại chỗ; xoay các khớp; tại chỗ đá lăng chân trước, sau. – Khởi động chuyên môn: Chạy bước nhỏ, chạy nâng cao đùi, chạy đạp sau, chạy tăng tốc độ trên cự li 10 – 15 m; bật nhảy đổi chân trước, sau; bật nhảy tách chụm chân 5 – 7 lần; phối hợp giậm nhảy đá lăng, rơi xuống bằng chân giậm liên tục trên cự li 15 – 20 m.	– Chỉ huy tập trung lớp, dóng hàng và báo cáo sĩ số. – Chú ý lắng nghe. – Suy nghĩ, trả lời câu hỏi của GV. – Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng ngang). – Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng dọc).	– HS xếp thành 3 hoặc 4 hàng ngang. – HS biết được nội dung bài học. – HS hình thành được mối liên hệ với nội dung bài học. - Đáp án: + Câu 1. Chạy đà, giậm nhảy và đá lăng. + Câu 2. Tiếp đất bằng nửa trước bàn chân sau đó chuyển thành cả bàn chân và khuỷu gối để giảm chấn động cho cơ thể. + Câu 3. Không. – HS thực hiện đủ số lần theo nhịp hô của chỉ huy. – HS thực hiện đủ 1 lần × 15 m.

HOẠT ĐỘNG HÌNH THÀNH KIẾN THỨC MỚI

- 1.** Mục tiêu: Biết sử dụng các yếu tố của môi trường nước để rèn luyện và phát triển thể chất; Hình thành ở HS kiến thức, kĩ năng thực hiện kĩ thuật giậm nhảy và chạy đà kết hợp giậm nhảy, biết cách luyện tập.
- 2.** Nội dung: Kĩ thuật giậm nhảy và chạy đà kết hợp giậm nhảy.
- 3.** Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Hướng dẫn sử dụng các yếu tố của môi trường nước để rèn luyện và phát triển thể chất (SGK GDTC 9 tr.6,7). – Giới thiệu mục đích, tác dụng của kỹ thuật nhảy cao kiểu nằm nghiêng; kỹ thuật giậm nhảy và chạy đà kết hợp giậm nhảy. – Sử dụng hình ảnh trực quan hoặc video (nếu có), phân tích thị phạm động tác mẫu kỹ thuật giậm nhảy và chạy đà kết hợp giậm nhảy; cách luyện tập. – Cho HS đồng loạt luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV về kỹ thuật giậm nhảy và chạy đà kết hợp giậm nhảy. – Chỉ dẫn các sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.	– Chú ý lắng nghe. – Chú ý lắng nghe. – Quan sát, ghi nhớ cấu trúc, trình tự củng cố kỹ thuật xuất phát thấp và chạy lao sau xuất phát. – Luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV. – Chú ý lắng nghe, tự sửa chữa.	– HS biết lựa chọn và sử dụng sử dụng các yếu tố của môi trường nước để rèn luyện và phát triển thể chất. – HS biết được mục đích, tác dụng của kỹ thuật nhảy cao kiểu nằm nghiêng; kỹ thuật giậm nhảy và chạy đà kết hợp giậm nhảy. – HS hình thành biểu tượng đúng về kỹ thuật giậm nhảy và chạy đà kết hợp giậm nhảy. – HS bước đầu thực hiện kỹ thuật giậm nhảy và chạy đà kết hợp giậm nhảy và biết phương pháp luyện tập. – HS nhận biết được những sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.

HOẠT ĐỘNG LUYỆN TẬP

- 1. Mục tiêu:** Thực hành luyện tập kỹ thuật giậm nhảy và chạy đà kết hợp giậm nhảy.
- 2. Nội dung:** Luyện tập kỹ thuật giậm nhảy và chạy đà kết hợp giậm nhảy.
- 3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:**

<i>Nội dung kiểm tra</i>	<i>Tổ chức kiểm tra</i>	<i>Tiêu chí đánh giá</i>
– Phổ biến nội dung, yêu cầu và hướng dẫn trình tự luyện tập.	– Chú ý lắng nghe và quan sát.	– HS biết được nội dung, yêu cầu và trình tự luyện tập.

– Tổ chức các hình thức luyện tập. – Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn hoạt động luyện tập của HS.	a) Luyện tập cá nhân HS tự hô khẩu lệnh: – Tại chỗ tập đặt chân giậm phối hợp giậm nhảy đá lăng và đánh tay từ chậm đến nhanh, thực hiện 3 – 5 lần. – Xác định hướng và góc độ chạy đà, điểm giậm nhảy; đo đà. – Đi, chạy chậm 1 – 3 bước phối hợp giậm nhảy đá lăng, rơi xuống bằng chân giậm nhảy, thực hiện 5 – 7 lần. – Chạy đà 1 – 3 bước, 5 – 7 bước giậm nhảy đá lăng, rơi xuống bằng chân giậm, thực hiện 5 – 7 lần. b) Luyện tập nhóm Luân phiên chỉ huy nhóm luyện tập: – Chạy chậm thực hiện giậm nhảy đá lăng liên tục và rơi xuống bằng chân giậm trên đường thẳng cự li 10 – 15 m. – Chạy đà chính diện 3 – 5 bước phối hợp giậm nhảy đá lăng thẳng chân vượt qua xà đặt ở độ cao 30 – 40 cm (khi qua xà co chân giậm), rơi xuống đệm bằng chân giậm, thực hiện 3 – 5 lần. – Chạy đà chéo 5 – 7 bước, giậm nhảy đá chân lăng cao ngang xà (xà đặt cao 0,9 – 1,2 m), rơi xuống bằng chân giậm, thực hiện 3 – 5 lần. – Chạy đà chéo 5 – 7 bước phối hợp giậm nhảy đá lăng (không qua xà) để xác định điểm giậm nhảy.	– HS thực hiện được đúng số lần và cự li.
– Hướng dẫn HS phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.		– HS tự phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.
– Trò chơi phát triển sức nhanh: “Cùng bạn về đích” (SGK GDTC 9 tr.24).	– Hoạt động cả lớp (đứng theo đội hình trò chơi quy định).	– HS phát triển sức mạnh và vui vẻ khi thực hiện trò chơi.

HOẠT ĐỘNG VẬN DỤNG

1. Mục tiêu: HS vận dụng được nội dung bài học vào thực tiễn học tập hoặc cuộc sống.
2. Nội dung: Vận dụng bài tập kĩ thuật giậm nhảy và chạy đà kết hợp giậm nhảy để rèn luyện sức mạnh.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>Nội dung kiểm tra</i>	<i>Tổ chức kiểm tra</i>	<i>Tiêu chí đánh giá</i>
– Hướng dẫn HS vận dụng trong quá trình luyện tập: + Thay đổi nội dung và yêu cầu tập luyện theo hướng: Tăng số lượng bước đà và tốc độ chạy đà; tăng tốc độ và sức mạnh giậm nhảy, đá lăng. + Sử dụng các bài tập thể lực để phát triển thể lực chung, năng lực liên kết động tác và năng lực nhịp điệu.	– Vận dụng bài tập: + Kĩ thuật giậm nhảy và chạy đà kết hợp giậm nhảy trong quá trình luyện tập. + Thể lực để phát triển thể lực chung, năng lực liên kết động tác và năng lực nhịp điệu.	– HS biết vận dụng: + Bài tập kĩ thuật giậm nhảy và chạy đà kết hợp giậm nhảy để rèn luyện sức mạnh trong quá trình luyện tập. + Bài tập thể lực để phát triển thể lực chung, năng lực liên kết động tác và năng lực nhịp điệu.
– Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng: + “Câu 1. Em hãy nêu những khác biệt cơ bản về kĩ thuật chạy đà, giậm nhảy trong nhảy cao kiểu bước qua và nhảy cao kiểu nằm nghiêng. + Câu 2. Để nâng cao hiệu quả thực hiện kĩ thuật giậm nhảy, người tập cần chú ý luyện tập tố chất thể lực nào? + Câu 3. Trong luyện tập kĩ thuật nhảy cao, người tập phải làm như thế nào để có vị trí giậm nhảy ổn định giữa các lần nhảy?. + Câu 4. Phối hợp giữa chạy đà và giậm nhảy phải luyện tập theo một trình tự như thế nào về mặt phương pháp?”	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi vận dụng.	- Đáp án câu hỏi vận dụng: + Câu 1. Đối với mỗi người khi thực hiện hai kĩ thuật nêu trên, có sự khác nhau về hướng chạy đà so với xà; khác nhau về vị trí của chân giậm nhảy và chân lăng so với xà). + Câu 2. Sức mạnh bật phát. + Câu 3. Duy trì chạy đà ổn định về số lượng bước chạy, độ dài các bước chạy và tốc độ chạy giữa các lần thực hiện. + Câu 4. Từ số bước đà ít đến nhiều; từ tốc độ chậm đến nhanh; từ giậm nhảy đá lăng thấp đến cao; từ tập ngoài hố nhảy đến tập với hố nhảy;...

– Giao nhiệm vụ cho HS luyện tập vào thời gian rèn luyện thể dục hằng ngày, có sản phẩm bằng hình ảnh hoặc video.	– Cá nhân chủ động thực hiện nhiệm vụ GV giao, có báo cáo (kèm theo minh chứng) hoặc trình diễn kết quả.	– Video tự luyện tập bài tập kĩ thuật giậm nhảy và chạy đà kết hợp giậm nhảy để rèn luyện sức mạnh khi rèn luyện thể dục hằng ngày.
---	--	---

HOẠT ĐỘNG KẾT THÚC

- 1.** Mục tiêu: Đưa cơ thể HS trở về trạng thái ban đầu sau giờ học.
- 2.** Nội dung: Hồi phục sau luyện tập; nhận xét, đánh giá kết quả học tập của HS.
- 3.** Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>Nội dung kiểm tra</i>	<i>Tổ chức kiểm tra</i>	<i>Tiêu chí đánh giá</i>
– Hướng dẫn HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Tự tổ chức thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Cơ thể HS được thả lỏng.
– Nhận xét về thái độ, đánh giá kết quả học tập và vận dụng của HS.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét.	– HS biết được kết quả học tập và vận dụng của bản thân.
– Hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét và hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới. Có thể đề xuất ý kiến với GV.	– HS biết nội dung cần chuẩn bị cho bài học tiếp theo.

BÀI 2. KỸ THUẬT TRÊN KHÔNG VÀ RƠI XUỐNG CÁT (ĐỆM) (5 TIẾT)

TIẾT 1, 2. KỸ THUẬT TRÊN KHÔNG VÀ RƠI XUỐNG CÁT (ĐỆM)

I. MỤC TIÊU

1. Kiến thức

Nhận biết được nội dung, yêu cầu kĩ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm), biết cách luyện tập; Dinh dưỡng đối với luyện tập nhằm phát triển sức mạnh.

2. Năng lực

- Thực hiện được kĩ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm); biết cách luyện tập và tổ chức luyện tập kĩ thuật nhảy cao kiểu nằm nghiêng.
- Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và luyện tập.
- Bước đầu biết sử dụng dinh dưỡng đối với luyện tập nhằm phát triển sức mạnh.

3. Phẩm chất

Chủ động giúp đỡ bạn trong học tập; luôn giữ gìn an toàn trong luyện tập.

II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU

- Sân tập điền kinh có hố nhảy xa.
- Dụng cụ, trang thiết bị: Dụng cụ vệ sinh hố nhảy xa, bục hỗ trợ giậm nhảy, còi, tranh ảnh.
- SGK *Giáo dục thể chất 9* (Bộ sách *Kết nối tri thức với cuộc sống*).

III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC

HOẠT ĐỘNG MỞ ĐẦU

1. Mục tiêu: Giúp HS có nhận biết bước đầu về cấu trúc kĩ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm), biết cách luyện tập; cơ thể HS đạt trạng thái sẵn sàng thực hiện các bài tập vận động.
2. Nội dung: Khởi động tư duy, chuẩn bị tâm thế và khởi động cơ thể.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Nhận lớp, kiểm tra sĩ số, tình hình sức khỏe học sinh.	– Chỉ huy tập trung lớp, đóng hàng và báo cáo sĩ số.	– HS xếp thành 3 hoặc 4 hàng ngang.
– Phổ biến mục tiêu, nội dung, nhiệm vụ học tập.	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết được nội dung bài học.
– Đặt câu hỏi để thu hút, kích lệ sự tập trung chú ý và khai thác vốn hiểu biết của HS đối với nội dung tiết học: “Các kĩ thuật nhảy cao có tên gọi xuất phát từ điều gì?”	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi của GV.	– HS hình thành được mối liên hệ với nội dung bài học. Đáp án: Từ tư thế của động tác vượt qua xà – Kĩ thuật trên không
– Khởi động chung: Chạy chậm theo điều kiện tự nhiên; xoay các khớp; tại chỗ đá lăng chân trước, sau.	– Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng ngang).	– HS thực hiện đủ số lần theo nhịp hô của chỉ huy.
– Khởi động chuyên môn: Chạy bước nhỏ, chạy nâng cao đùi, chạy đạp sau, chạy tăng tốc độ trên cự li 10 – 15 m; chạy đà 3 – 5 bước giậm nhảy đá lăng, rơi xuống bằng chân giậm, thực hiện 3 – 5 lần	– Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng dọc).	– HS thực hiện đủ 1 lần × 15 m.

HOẠT ĐỘNG HÌNH THÀNH KIẾN THỨC MỚI

1. Mục tiêu: Biết sử dụng dinh dưỡng đối với luyện tập nhằm phát triển sức mạnh; Hình thành ở HS kiến thức, kĩ năng thực hiện kĩ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm), biết cách luyện tập.
2. Nội dung: Kĩ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm).
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Hướng dẫn sử dụng dinh dưỡng đối với luyện tập nhằm phát triển sức mạnh (SGK GDTC 9 tr.9).	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết lựa chọn và sử dụng dinh dưỡng đối với luyện tập nhằm phát triển sức mạnh.
– Giới thiệu mục đích, tác dụng của kĩ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm).	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết được mục đích, tác dụng của kĩ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm).
– Sử dụng hình ảnh trực quan hoặc video (nếu có), phân tích thị phạm động tác mẫu kĩ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm), cách luyện tập.	– Quan sát, ghi nhớ cấu trúc, trình tự kĩ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm).	– HS hình thành biểu tượng đúng về kĩ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm).
– Cho HS đồng loạt luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV về kĩ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm).	– Luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV.	– HS bước đầu thực hiện kĩ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm) và biết phương pháp luyện tập.
– Chỉ dẫn các sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.	– Chú ý lắng nghe, tự sửa chữa.	– HS nhận biết được những sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.

HOẠT ĐỘNG LUYỆN TẬP

1. Mục tiêu: Thực hành luyện tập kĩ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm).
2. Nội dung: Luyện tập kĩ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm).
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Phổ biến nội dung, yêu cầu và hướng dẫn trình tự luyện tập.	– Chú ý lắng nghe và quan sát.	– HS biết được nội dung, yêu cầu và trình tự luyện tập.

– Tổ chức các hình thức luyện tập. – Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn hoạt động luyện tập của HS.	Luyện tập cá nhân HS tự hô khẩu lệnh: – Đứng tại chỗ mô phỏng động tác qua xà, rơi xuống cát: Từ TTCB, đá chân lăng ra trước, lên cao kết hợp xoay người về phía chân giậm, thực hiện 3 – 5 lần.	– HS thực hiện được đúng số lần và cự li.
	– Phối hợp chạy đà, mô phỏng động tác qua xà, rơi xuống cát: Chạy 3 – 5 bước đà, giậm nhảy đá chân lăng lên cao. Khi ở trên không nhanh chóng xoay người về phía chân giậm và tiếp đất bằng chân giậm, thực hiện 3 – 5 lần. – Đứng bên cạnh xà đặt chếch ở tư thế chân giậm đặt trước, chân lăng đặt sau (theo hướng chạy đà 30 – 40o), thực hiện động tác đá chân lăng ra trước, lên cao. Khi bàn chân lên đến điểm cao nhất phối hợp xoay bàn chân và thân người về hướng xà để qua xà, thực hiện 3 – 5 lần. – Chạy đà chính diện 1 – 3 bước, giậm nhảy đá lăng qua xà thấp (xà ở độ cao 30 – 40 cm), rơi xuống bằng chân giậm, thực hiện 2 – 3 lần.	
– Hướng dẫn HS phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.		– HS tự phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập

HOẠT ĐỘNG VẬN DỤNG

1. Mục tiêu: HS vận dụng được nội dung bài học vào thực tiễn học tập hoặc cuộc sống.
2. Nội dung: Vận dụng bài tập kĩ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm) để rèn luyện sức mạnh.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Hướng dẫn HS vận dụng trong quá trình luyện tập: Thay đổi nội dung và yêu cầu tập luyện theo hướng: Tăng mức độ	– Vận dụng bài tập: Kĩ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm) trong quá trình luyện tập.	– HS biết vận dụng: Bài tập kĩ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm) để rèn luyện sức mạnh trong quá trình luyện tập.

chính xác, tính nhịp điệu của kĩ thuật trên không và rơi xuống cát; tăng dần mức xà; phối hợp với tăng dần số bước đà và tốc độ chạy đà. – Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng:		
“+ Câu 1. Luyện tập kĩ thuật nhảy cao có tác dụng phát triển tố chất thể lực nào? + Câu 2. Em hãy so sánh sự khác biệt về hướng chạy đà trong kĩ thuật nhảy cao kiểu bước qua và kĩ thuật nhảy cao kiểu nằm nghiêng.”	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi vận dụng.	Đáp án câu hỏi vận dụng: + Câu 1. Phát triển toàn diện các tố chất thể lực, đặc biệt là sức mạnh và năng lực phối hợp vận động. + Câu 2. Với cùng một người tập trong điều kiện không thay đổi chân giậm nhảy, hướng chạy đà trong nhảy cao kiểu bước qua ngược chiều với nhảy cao kiểu nằm nghiêng.
– Giao nhiệm vụ cho HS luyện tập vào thời gian rèn luyện thể dục hằng ngày, có sản phẩm bằng hình ảnh hoặc video.	– Cá nhân chủ động thực hiện nhiệm vụ GV giao, có báo cáo (kèm theo minh chứng) hoặc trình diễn kết quả.	– Video tự luyện tập bài tập kĩ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm) để rèn luyện sức mạnh khi rèn luyện thể dục hằng ngày.

HOẠT ĐỘNG KẾT THÚC

1. Mục tiêu: Đưa cơ thể HS trở về trạng thái ban đầu sau giờ học.
2. Nội dung: Hồi phục sau luyện tập; nhận xét, đánh giá kết quả học tập của HS.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

GV tổ chức hoạt động	Hoạt động của HS	Kết quả/sản phẩm học tập
– Hướng dẫn HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Tự tổ chức thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Cơ thể HS được thả lỏng.
– Nhận xét về thái độ, đánh giá kết quả học tập và vận dụng của HS.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét.	– HS biết được kết quả học tập và vận dụng của bản thân.
– Hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét và hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới. Có thể đề xuất ý kiến với GV.	– HS biết nội dung cần chuẩn bị cho bài học tiếp theo.

TIẾT 3, 4, 5. LUYỆN TẬP KỸ THUẬT TRÊN KHÔNG VÀ RƠI XUỐNG CÁT (ĐỆM)

I. MỤC TIÊU

1. Kiến thức

Hiểu được cấu trúc và cách luyện tập kỹ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm).

2. Năng lực

- Thực hiện được kỹ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm); biết cách luyện tập và tổ chức luyện tập kỹ thuật nhảy cao kiểu nằm nghiêng.
- Có sự phát triển về sức mạnh và năng lực phối hợp vận động.
- Thể hiện được khả năng điều khiển tổ, nhóm luyện tập và nhận xét kết quả luyện tập.

3. Phẩm chất

Chủ động giúp đỡ bạn trong học tập; luôn giữ gìn an toàn trong luyện tập.

II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU

- Sân tập điền kinh có hố nhảy xa.
- Dụng cụ, trang thiết bị: Dụng cụ vệ sinh hố nhảy xa, bục hỗ trợ giậm nhảy, còi, tranh ảnh.
- SGK *Giáo dục thể chất 9* (Bộ sách *Kết nối tri thức với cuộc sống*).

III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC

HOẠT ĐỘNG MỞ ĐẦU

1. Mục tiêu: Cơ thể HS đạt trạng thái sẵn sàng thực hiện các bài tập vận động.
2. Nội dung: Khởi động tư duy, chuẩn bị tâm thế và khởi động cơ thể.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Nhận lớp, kiểm tra sĩ số, tình hình sức khỏe học sinh.	– Chỉ huy tập trung lớp, dóng hàng và báo cáo sĩ số.	– HS xếp thành 3 hoặc 4 hàng ngang.
– Phổ biến mục tiêu, nội dung, nhiệm vụ học tập.	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết được nội dung bài học.
– Đặt câu hỏi để thu hút, kích lệ sự tập trung chú ý và khai thác vốn hiểu biết của HS đối với nội dung tiết học: “ <i>Trong nhảy cao, điều gì là cơ sở để hình thành nên tư thế tiếp đất của cơ thể - Kỹ thuật rơi xuống cát (Đệm).</i> ”	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi của GV.	– HS hình thành được mối liên hệ với nội dung bài học. Đáp án: Tư thế của động tác vượt qua xà.

– Khởi động chung: Chạy chậm theo điều kiện tự nhiên; xoay các khớp; tại chỗ đá lăng chân trước, sau.	– Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng ngang).	– HS thực hiện đủ số lần theo nhịp hô của chỉ huy.
– Khởi động chuyên môn: Chạy bước nhỏ, chạy nâng cao đùi, chạy đạp sau, chạy tăng tốc độ trên cự li 10 – 15 m; chạy đà 3 – 5 bước giậm nhảy đá lăng, rơi xuống bằng chân giậm, thực hiện 3 – 5 lần	– Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng dọc).	– HS thực hiện đủ 1 lần $\times$ 15 m.
– Trò chơi hỗ trợ khởi động: “Lò cò tiếp sức” (SGK GDTC 9 tr.25,26).	– Hoạt động cả lớp (đứng theo đội hình trò chơi quy định).	– HS được vận động và vui vẻ khi thực hiện trò chơi.

HOẠT ĐỘNG HÌNH THÀNH KIẾN THỨC MỚI

1. Mục tiêu: HS hiểu về kiến thức, kĩ năng thực hiện kĩ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm), biết cách luyện tập.
2. Nội dung: Kĩ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm).
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Sử dụng hình ảnh trực quan hoặc video (nếu có), phân tích thị phạm động tác mẫu kĩ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm), cách luyện tập.	– Quan sát, ghi nhớ cấu trúc, trình tự kĩ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm).	– HS hình thành biểu tượng đúng về kĩ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm).
– Cho HS đồng loạt luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV về kĩ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm).	– Luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV.	– HS bước đầu thực hiện kĩ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm) và biết phương pháp luyện tập.
– Chỉ dẫn các sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.	– Chú ý lắng nghe, tự sửa chữa.	– HS nhận biết được những sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.

HOẠT ĐỘNG LUYỆN TẬP

1. Mục tiêu: Thực hành luyện tập kĩ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm).
2. Nội dung: Luyện tập kĩ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm).
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Phổ biến nội dung, yêu cầu và hướng dẫn trình tự luyện tập.	– Chú ý lắng nghe và quan sát.	– HS hình thành biểu tượng đúng về kĩ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm).
– Tổ chức các hình thức luyện tập. – Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn hoạt động luyện tập của HS.	Luyện tập nhóm Luân phiên chỉ huy nhóm luyện tập: – Chạy đà chính diện 1 – 3 bước, giậm nhảy đá lăng qua xà thấp (xà ở độ cao 30 – 40 cm), rơi xuống bằng chân giậm (Hình 4), thực hiện 3 – 5 lần. – Chạy đà chéo 3 – 5 bước, giậm nhảy đá lăng qua xà thấp (xà ở độ cao 30 – 40 cm), rơi xuống bằng chân giậm, thực hiện 3 – 5 lần.	– HS thực hiện được đúng số lần và cự li.
– Hướng dẫn HS phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.		– HS tự phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.
– Trò chơi phát triển sức mạnh: “Ngồi di chuyển đến đích” (SGK GDTC 9 tr.28).		– HS phát triển sức mạnh và vui vẻ khi thực hiện trò chơi.

HOẠT ĐỘNG VẬN DỤNG

- 1.** Mục tiêu: HS vận dụng được nội dung bài học vào thực tiễn học tập hoặc cuộc sống.
- 2.** Nội dung: Vận dụng bài tập kĩ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm) để rèn luyện sức mạnh.
- 3.** Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Hướng dẫn HS vận dụng trong quá trình luyện tập: Sử dụng các bài tập thể lực để rèn luyện và phát triển sức mạnh bột phát, năng lực liên kết động tác, năng lực nhịp điệu.	– Vận dụng bài tập: Thể lực để rèn luyện và phát triển sức mạnh bột phát, năng lực liên kết động tác, năng lực nhịp điệu.	– HS biết vận dụng: Bài tập thể lực để rèn luyện và phát triển sức mạnh bột phát, năng lực liên kết động tác, năng lực nhịp điệu.

– Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng: “+ Câu 1. Khi luyện tập bài tập bổ trợ kĩ thuật trên không (bên ngoài hố nhảy), người tập phải chú ý điều gì để nâng cao hiệu quả luyện tập? + Câu 2. Nêu những sai sót thường mắc khi luyện tập kĩ thuật trên không?”	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi vận dụng.	Đáp án câu hỏi vận dụng: + Câu 1. Cần giậm nhảy đá lăng nhanh, mạnh để đưa cơ thể lên cao – Tạo ra thời gian cần thiết để thực hiện động tác lật thân sang ngang, hướng xuống dưới. + Câu 2. Nghiêng người về hướng xà ngay khi giậm nhảy; hướng chân lăng vào xà ngay trong quá trình đá lăng; lật thân vào hướng xà ngay khi giậm nhảy, đá lăng; không thu được chân giậm về sát chân chân lăng...
– Giao nhiệm vụ cho HS luyện tập vào thời gian rèn luyện thể dục hằng ngày, có sản phẩm bằng hình ảnh hoặc video.	– Cá nhân chủ động thực hiện nhiệm vụ GV giao, có báo cáo (kèm theo minh chứng) hoặc trình diễn kết quả.	– Video tự luyện tập bài tập kĩ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm) để rèn luyện sức mạnh khi rèn luyện thể dục hằng ngày.

HOẠT ĐỘNG KẾT THÚC

1. Mục tiêu: Đưa cơ thể HS trở về trạng thái ban đầu sau giờ học.
2. Nội dung: Hồi phục sau luyện tập; nhận xét, đánh giá kết quả học tập của HS.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

GV tổ chức hoạt động	Hoạt động của HS	Kết quả/sản phẩm học tập
– Hướng dẫn HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Tự tổ chức thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Cơ thể HS được thả lỏng.
– Nhận xét về thái độ, đánh giá kết quả học tập và vận dụng của HS.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét.	– HS biết được kết quả học tập và vận dụng của bản thân.
– Hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét và hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới. Có thể đề xuất ý kiến với GV.	– HS biết nội dung cần chuẩn bị cho bài học tiếp theo.

BÀI 3. PHỐI HỢP CÁC GIAI ĐOẠN KỸ THUẬT NHẢY CAO KIỂU NẪM NGHIÊNG (6 TIẾT)

TIẾT 1, 2, 3. PHỐI HỢP CÁC GIAI ĐOẠN KỸ THUẬT NHẢY CAO KIỂU NẪM NGHIÊNG

I. MỤC TIÊU

1. Kiến thức

Nhận biết được nội dung, yêu cầu phối hợp các giai đoạn kỹ thuật nhảy cao kiểu nằm nghiêng, biết cách luyện tập.

2. Năng lực

- Phối hợp được các giai đoạn kỹ thuật nhảy cao kiểu nằm nghiêng; biết cách luyện tập và tổ chức luyện tập kỹ thuật nhảy cao kiểu nằm nghiêng.
- Biết một số điều luật cơ bản trong nhảy cao.
- Vận dụng được những hiểu biết về kỹ thuật nhảy cao để luyện tập hằng ngày.

3. Phẩm chất

Chủ động tìm kiếm thông tin về môn học và chia sẻ kinh nghiệm học tập với các bạn.

II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU

- Sân tập điền kinh có hố nhảy xa.
- Dụng cụ, trang thiết bị: Dụng cụ vệ sinh hố nhảy xa, bục bổ trợ giậm nhảy, còi, tranh ảnh.
- SGK *Giáo dục thể chất 9* (Bộ sách *Kết nối tri thức với cuộc sống*).

III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC

HOẠT ĐỘNG MỞ ĐẦU

1. Mục tiêu: Hình thành cấu trúc phối hợp các giai đoạn kỹ thuật nhảy cao kiểu nằm nghiêng, biết cách luyện tập; cơ thể HS đạt trạng thái sẵn sàng thực hiện các bài tập vận động.
2. Nội dung: Khởi động tư duy, chuẩn bị tâm thế và khởi động cơ thể.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Nhận lớp, kiểm tra sĩ số, tình hình sức khỏe học sinh.	– Chỉ huy tập trung lớp, đóng hàng và báo cáo sĩ số.	– HS xếp thành 3 hoặc 4 hàng ngang.

– Phổ biến mục tiêu, nội dung, nhiệm vụ học tập.	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết được nội dung bài học.
– Đặt câu hỏi để thu hút, kích lệ sự tập trung chú ý và khai thác vốn hiểu biết của HS đối với nội dung tiết học: “ <i>Hãy nêu những điều cần chú ý về phương pháp khi luyện tập phối hợp các giai đoạn của kĩ thuật nhảy cao kiểu nằm nghiêng.</i> ”	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi của GV.	– HS hình thành được mối liên hệ với nội dung bài học. Đáp án: Từ luyện tập mô phỏng không có dụng cụ đến luyện tập mô phỏng với dụng cụ; từ chậm đến nhanh; từ với mức xà thấp đến tăng dần mức xà;...
– Khởi động chung: Chạy tại chỗ; xoay các khớp; tại chỗ đá lăng chân trước, sau.	– Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng ngang).	– HS thực hiện đủ số lần theo nhịp hô của chỉ huy.
– Khởi động chuyên môn: Chạy bước nhỏ, chạy nâng cao đùi, chạy đạp sau, chạy tăng tốc độ trên cự li 10 – 15 m. Chạy 3 – 5 bước đà phối hợp giậm nhảy đá lăng, rơi xuống bằng chân giậm, thực hiện liên tục trên cự li 10 – 15 m.	– Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng dọc).	– HS thực hiện đủ 1 lần × 15 m.

HOẠT ĐỘNG HÌNH THÀNH KIẾN THỨC MỚI

1. Mục tiêu: Hình thành ở HS kiến thức, kĩ năng thực hiện phối hợp các giai đoạn kĩ thuật nhảy cao kiểu nằm nghiêng, biết cách luyện tập.
2. Nội dung: Phối hợp các giai đoạn kĩ thuật nhảy cao kiểu nằm nghiêng
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

GV tổ chức hoạt động	Hoạt động của HS	Kết quả/sản phẩm học tập
– Sử dụng hình ảnh trực quan hoặc video (nếu có), phân tích thị phạm động tác mẫu kĩ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm), cách luyện tập.	– Quan sát, ghi nhớ cấu trúc, trình tự kĩ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm).	– HS hình thành biểu tượng đúng về kĩ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm).
– Cho HS đồng loạt luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV về kĩ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm).	– Luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV.	– HS bước đầu thực hiện kĩ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm) và biết phương pháp luyện tập.

– Chỉ dẫn các sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.	– Chú ý lắng nghe, tự sửa chữa.	– HS nhận biết được những sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.
--	---------------------------------	--

HOẠT ĐỘNG LUYỆN TẬP

1. Mục tiêu: Thực hành luyện tập phối hợp các giai đoạn nhảy cao kiểu nằm nghiêng.
2. Nội dung: Luyện tập phối hợp các giai đoạn nhảy cao kiểu nằm nghiêng.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Phổ biến nội dung, yêu cầu và hướng dẫn trình tự luyện tập.	– Chú ý lắng nghe và quan sát.	– HS biết được nội dung, yêu cầu và trình tự luyện tập.
– Tổ chức các hình thức luyện tập. – Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn hoạt động luyện tập của HS.	Luyện tập cá nhân HS tự hô khẩu lệnh: – Chạy toàn đà (7 – 9 bước đối với nữ; 9 – 11 bước đối với nam), duy trì ổn định tốc độ và điểm giậm nhảy, thực hiện 3 – 5 lần. – Chạy toàn đà nhảy qua xà thấp (50 – 70 cm đối với nữ; 60 – 80 cm đối với nam), thực hiện 2 – 3 lần. – Chạy toàn đà, thực hiện toàn bộ kỹ thuật nhảy qua xà với độ cao tăng dần.	– HS thực hiện được đúng số lần và cự li.
– Hướng dẫn HS phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.		– HS tự phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.

HOẠT ĐỘNG VẬN DỤNG

1. Mục tiêu: HS vận dụng được nội dung bài học vào thực tiễn học tập hoặc cuộc sống.
2. Nội dung: Vận dụng bài tập phối hợp các giai đoạn nhảy cao kiểu nằm nghiêng để rèn luyện sức mạnh.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Hướng dẫn HS vận dụng trong quá trình luyện tập: Thay đổi nội dung và yêu cầu tập luyện theo hướng:	– Vận dụng bài tập: phối hợp các giai đoạn nhảy cao kiểu nằm nghiêng trong quá trình luyện tập.	– HS biết vận dụng: Bài tập phối hợp các giai đoạn nhảy cao kiểu nằm nghiêng để rèn luyện sức mạnh trong quá trình luyện tập.

Tăng số lần thực hiện bài tập phối hợp các giai đoạn với xà; hoàn thiện số bước chạy đà phù hợp với đặc điểm cá nhân; nâng dần mức xà theo khả năng của số đông HS và chú ý các trường hợp cá biệt; tăng yêu cầu về tính nhịp điệu và độ chính xác của động tác.		
– Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng: + Câu 1. Tại sao khi luyện tập nhảy cao phải đảm bảo sự ổn định về số lượng bước đà và độ dài quãng đường chạy đà giữa các lần? + Câu 2. Tại sao phải đảm bảo tính liên tục khi phối hợp giữa chạy đà và giậm nhảy?”	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi vận dụng.	Đáp án câu hỏi vận dụng: + Câu 1. Đó là điều kiện để thực hiện giậm nhảy đúng vị trí đã xác định và đúng chân giậm nhảy; tạo ra tốc độ cần thiết, phù hợp để có thể giậm nhảy đạt hiệu quả cao... + Câu 2. Tính liên tục là một trong những điều kiện để tạo ra nhịp điệu khi phối hợp giữa chạy đà và giậm nhảy; là cơ sở để phát huy tốc độ được tạo ra từ chạy đà để thực hiện giậm nhảy nhanh, mạnh.
– Giao nhiệm vụ cho HS luyện tập vào thời gian rèn luyện thể dục hằng ngày, có sản phẩm bằng hình ảnh hoặc video.	– Cá nhân chủ động thực hiện nhiệm vụ GV giao, có báo cáo (kèm theo minh chứng) hoặc trình diễn kết quả.	– Video tự luyện tập bài tập phối hợp các giai đoạn nhảy cao kiểu nằm nghiêng để rèn luyện sức mạnh khi rèn luyện thể dục hằng ngày.

HOẠT ĐỘNG KẾT THÚC

1. Mục tiêu: Đưa cơ thể HS trở về trạng thái ban đầu sau giờ học.
2. Nội dung: Hồi phục sau luyện tập; nhận xét, đánh giá kết quả học tập của HS.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

GV tổ chức hoạt động	Hoạt động của HS	Kết quả/sản phẩm học tập
– Hướng dẫn HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Tự tổ chức thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Cơ thể HS được thả lỏng.

– Nhận xét về thái độ, đánh giá kết quả học tập và vận dụng của HS.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét.	– HS biết được kết quả học tập và vận dụng của bản thân.
– Hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét và hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới. Có thể đề xuất ý kiến với GV.	– HS biết nội dung cần chuẩn bị cho bài học tiếp theo.

TIẾT 4, 5, 6. LUYỆN TẬP PHỐI HỢP CÁC GIAI ĐOẠN KỸ THUẬT NHẢY CAO KIỂU NẪM NGHIÊNG

I. MỤC TIÊU

1. Kiến thức

Hiểu được cấu trúc và cách luyện tập phối hợp các giai đoạn kỹ thuật nhảy cao kiểu nằm nghiêng.

2. Năng lực

- Hoàn thành và Phối hợp được các giai đoạn kỹ thuật nhảy cao kiểu nằm nghiêng; biết cách luyện tập và tổ chức luyện tập kỹ thuật nhảy cao kiểu nằm nghiêng.
- Có sự phát triển về sức mạnh bật phát, năng lực phối hợp vận động và nhịp điệu.
- Vận dụng được những hiểu biết về kỹ thuật nhảy cao để luyện tập hằng ngày.

3. Phẩm chất

Chủ động tìm kiếm thông tin về môn học và chia sẻ kinh nghiệm học tập với các bạn.

II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU

- Sân tập điền kinh có hố nhảy xa.
- Dụng cụ, trang thiết bị: Dụng cụ vệ sinh hố nhảy xa, bục hỗ trợ giậm nhảy, còi, tranh ảnh.
- SGK *Giáo dục thể chất 9* (Bộ sách *Kết nối tri thức với cuộc sống*).

III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC

HOẠT ĐỘNG MỞ ĐẦU

1. Mục tiêu: Cơ thể HS đạt trạng thái sẵn sàng thực hiện các bài tập vận động.
2. Nội dung: Khởi động tư duy, chuẩn bị tâm thế và khởi động cơ thể.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

GV tổ chức hoạt động	Hoạt động của HS	Kết quả/sản phẩm học tập
– Nhận lớp, kiểm tra sĩ số, tình hình sức khoẻ học sinh.	– Chỉ huy tập trung lớp, đóng hàng và báo cáo sĩ số.	– HS xếp thành 3 hoặc 4 hàng ngang.
– Phổ biến mục tiêu, nội dung, nhiệm vụ học tập.	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết được nội dung bài học.
– Đặt câu hỏi để thu hút, kích lệ sự tập trung chú ý và khai thác vốn hiểu biết của HS đối với nội dung tiết học: “ <i>Những điều cần chú ý về trang phục và địa điểm khi luyện tập nhảy cao là gì?</i> ”	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi của GV.	– HS hình thành được mối liên hệ với nội dung bài học. Đáp án: Trang phục phải có sức co giãn, bền chắc hoặc rộng rãi; đế giày không dễ bị trơn trượt; đường chạy bằng phẳng, không trơn trượt; hố cát hoặc đệm phải có độ lún tốt và có độ dày cần thiết.
– Khởi động chung: Chạy tại chỗ; xoay các khớp; tại chỗ đá lăng chân trước, sau.	– Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng ngang).	– HS thực hiện đủ số lần theo nhịp hô của chỉ huy.
– Khởi động chuyên môn: Chạy bước nhỏ, chạy nâng cao đùi, chạy đạp sau, chạy tăng tốc độ trên cự li 10 – 15 m. Chạy 3 – 5 bước đà phối hợp giậm nhảy đá lăng, rơi xuống bằng chân giậm, thực hiện liên tục trên cự li 10 – 15 m.	– Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng dọc).	– HS thực hiện đủ 1 lần × 15 m.
– Trò chơi hỗ trợ khởi động: “Lò cò vượt rào” (SGK GDTC 9 tr.29).	– Hoạt động cả lớp (đứng theo đội hình trò chơi quy định).	– HS được vận động và vui vẻ khi thực hiện trò chơi.

HOẠT ĐỘNG HÌNH THÀNH KIẾN THỨC MỚI

- 1.** Mục tiêu: HS hiểu về kiến thức, kĩ năng thực hiện phối hợp các giai đoạn kĩ thuật nhảy cao kiểu nằm nghiêng, biết cách luyện tập.
- 2.** Nội dung: Phối hợp các giai đoạn kĩ thuật nhảy cao kiểu nằm nghiêng
- 3.** Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

GV tổ chức hoạt động	Hoạt động của HS	Kết quả/sản phẩm học tập
– Sử dụng hình ảnh trực quan hoặc video (nếu có), phân tích thị phạm động tác mẫu phối hợp các giai đoạn kĩ thuật nhảy cao kiểu nằm nghiêng, cách luyện tập.	– Quan sát, ghi nhớ cấu trúc, trình tự phối hợp các giai đoạn kĩ thuật nhảy cao kiểu nằm nghiêng.	– HS hình thành biểu tượng đúng về phối hợp các giai đoạn kĩ thuật nhảy cao kiểu nằm nghiêng.

– Cho HS đồng loạt luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV về phối hợp các giai đoạn kỹ thuật nhảy cao kiểu nằm nghiêng.	– Luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV.	– HS bước đầu thực hiện phối hợp các giai đoạn kỹ thuật nhảy cao kiểu nằm nghiêng và biết phương pháp luyện tập.
– Chỉ dẫn các sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.	– Chú ý lắng nghe, tự sửa chữa.	– HS nhận biết được những sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.

HOẠT ĐỘNG LUYỆN TẬP

1. Mục tiêu: Thực hành luyện tập phối hợp các giai đoạn nhảy cao kiểu nằm nghiêng.
2. Nội dung: Luyện tập phối hợp các giai đoạn nhảy cao kiểu nằm nghiêng.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Phổ biến nội dung, yêu cầu và hướng dẫn trình tự luyện tập.	– Chú ý lắng nghe và quan sát.	– HS biết được nội dung, yêu cầu và trình tự luyện tập.
– Tổ chức các hình thức luyện tập. – Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn hoạt động luyện tập của HS.	Luyện tập nhóm Luân phiên chỉ huy nhóm luyện tập: – Chạy toàn đà thực hiện giậm nhảy đá lăng với xà cao, thực hiện 2 – 3 lần. – Chạy toàn đà (7 – 9 bước đối với nữ; 9 – 11 bước đối với nam), nhảy qua xà với mức xà tăng dần (mức xà khởi điểm 50 – 60 cm đối với nữ; 70 – 80 cm đối với nam). – Thi đấu tập.	– HS thực hiện được đúng số lần và cự li.
– Hướng dẫn HS phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.		– HS tự phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.
– Trò chơi phát triển sức nhanh: “Nhảy dây tiếp sức” (SGK GDTC 9 tr.32).	– Hoạt động cả lớp (đứng theo đội hình trò chơi quy định).	– HS phát triển sức mạnh và vui vẻ khi thực hiện trò chơi.

HOẠT ĐỘNG VẬN DỤNG

1. Mục tiêu: HS vận dụng được nội dung bài học vào thực tiễn học tập hoặc cuộc sống.
2. Nội dung: Vận dụng bài tập phối hợp các giai đoạn nhảy cao kiểu nằm nghiêng để rèn luyện sức mạnh.

3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

GV tổ chức hoạt động	Hoạt động của HS	Kết quả/sản phẩm học tập
– Hướng dẫn HS vận dụng trong quá trình luyện tập: Sử dụng bài tập thể lực và bài tập phối hợp các giai đoạn để phát triển thể lực chung, đặc biệt là sức mạnh bật phát và năng lực phối hợp vận động.	– Vận dụng bài tập: phối hợp các giai đoạn nhảy cao kiểu nằm nghiêng trong quá trình luyện tập.	– HS biết vận dụng: Bài tập phối hợp các giai đoạn nhảy cao kiểu nằm nghiêng để rèn luyện sức mạnh trong quá trình luyện tập.
– Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng: “+ Câu 1. Nên luyện tập phối hợp các giai đoạn vào thời điểm nào? + Câu 2. Luyện tập kĩ thuật kĩ thuật nhảy cao có tác dụng gì?”	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi vận dụng.	Đáp án câu hỏi vận dụng: + Câu 1. Khi đã luyện tập kĩ thuật từng giai đoạn; khi bước đầu hình thành kĩ năng thực hiện kĩ thuật từng giai đoạn. Tuyệt đối không luyện tập phối hợp khi đã hình thành kĩ năng hoặc kĩ xảo hoá từng giai đoạn. + Câu 2. Phát triển toàn diện các tố chất thể lực. Đặc biệt có tác dụng phát triển năng lực liên kết các cử động đơn lẻ thành một hoạt động hợp lí, hiệu quả; phát triển năng lực định hướng và giữ thăng bằng trong không gian; phát triển khả năng hình thành tính nhịp điệu trong liên kết vận động.
– Giao nhiệm vụ cho HS luyện tập vào thời gian rèn luyện thể dục hằng ngày, có sản phẩm bằng hình ảnh hoặc video.	– Cá nhân chủ động thực hiện nhiệm vụ GV giao, có báo cáo (kèm theo minh chứng) hoặc trình diễn kết quả.	– Video tự luyện tập bài tập phối hợp các giai đoạn nhảy cao kiểu nằm nghiêng để rèn luyện sức mạnh khi rèn luyện thể dục hằng ngày.

HOẠT ĐỘNG KẾT THÚC

1. Mục tiêu: Đưa cơ thể HS trở về trạng thái ban đầu sau giờ học.
2. Nội dung: Hồi phục sau luyện tập; nhận xét, đánh giá kết quả học tập của HS.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

GV tổ chức hoạt động	Hoạt động của HS	Kết quả/sản phẩm học tập
– Hướng dẫn HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Tự tổ chức thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Cơ thể HS được thả lỏng.

– Nhận xét về thái độ, đánh giá kết quả học tập và vận dụng của HS.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét.	– HS biết được kết quả học tập và vận dụng của bản thân.
– Hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét và hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới. Có thể đề xuất ý kiến với GV.	– HS biết nội dung cần chuẩn bị cho bài học tiếp theo.

TIẾT KIỂM TRA – ĐÁNH GIÁ NỘI DUNG CHỦ ĐỀ NHẢY CAO KIỂU NẪM NGHIÊNG

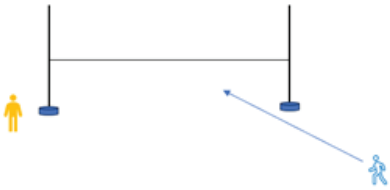
I. MỤC TIÊU

- Kiểm tra Phần 2: Vận động cơ bản – Chủ đề 2: Nhảy cao kiểu nằm nghiêng.
- Vận dụng được kiến thức đã học để làm bài kiểm tra – đánh giá.

II. THIẾT BỊ KIỂM TRA – ĐÁNH GIÁ VÀ HỌC LIỆU

- Sân điền kinh.
- Dụng cụ, trang thiết bị: Còi; bộ cột, xà nhảy cao; cờ phát lệnh.

III. TỔ CHỨC CÁC HOẠT ĐỘNG KIỂM TRA – ĐÁNH GIÁ

Nội dung kiểm tra	Tổ chức kiểm tra	Tiêu chí đánh giá
Nhảy cao kiểu nằm nghiêng. – Thực hiện: Nhảy cao kiểu nằm nghiêng. – Yêu cầu: Thực hiện 03 lần/01 mức xà	 (Đội hình kiểm tra Nhảy cao kiểu nằm nghiêng)	– Đúng kĩ thuật. – Thực hiện đúng luật nhảy cao. – Chạy đúng bước đà, giậm nhảy đúng vị trí. – Qua xà, rơi xuống đất đúng quy định.

Thang đánh giá

GV căn cứ vào: Kiến thức + Năng lực + Thái độ và sự tiến bộ của HS để xây dựng thang đánh giá cho phù hợp.

CHỦ ĐỀ 3. CHẠY CỰ LI TRUNG BÌNH

BÀI 1. Củng cố kĩ thuật xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát (4 TIẾT)

TIẾT 1, 2. Củng cố kĩ thuật xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát

I. MỤC TIÊU

1. Kiến thức

Nhận biết được nội dung, yêu cầu củng cố kĩ thuật xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát; Sử dụng các yếu tố của địa hình tự nhiên để rèn luyện và phát triển thể lực.

2. Năng lực

- Bước đầu hoàn thành được giai đoạn xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát.
- Biết sử dụng các yếu tố của địa hình tự nhiên để rèn luyện và phát triển thể lực.
- Biết một số điều luật cơ bản trong thi đấu chạy cự li trung bình.

3. Phẩm chất

Nỗ lực ý chí, kiên trì khắc phục khó khăn trong quá trình luyện tập.

II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU

- Sân tập điền kinh.
- Dụng cụ, trang thiết bị: Còi, đồng hồ bấm giây, bộ tranh ảnh, dụng cụ phục vụ dạy học và luyện tập.
- SGK *Giáo dục thể chất 9* (Bộ sách *Kết nối tri thức với cuộc sống*).

III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC

HOẠT ĐỘNG MỞ ĐẦU

1. Mục tiêu: Giúp HS có nhận biết bước đầu về củng cố kĩ thuật xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát; cơ thể HS đạt trạng thái sẵn sàng thực hiện các bài tập vận động.
2. Nội dung: Khởi động tư duy, chuẩn bị tâm thế và khởi động cơ thể.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Nhận lớp, kiểm tra sĩ số, tình hình sức khỏe học sinh.	– Chỉ huy tập trung lớp, dóng hàng và báo cáo sĩ số.	– HS xếp thành 3 hoặc 4 hàng ngang.
– Phổ biến mục tiêu, nội dung, nhiệm vụ học tập.	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết được nội dung bài học.

– Đặt câu hỏi để thu hút, kích lệ sự tập trung chú ý và khai thác vốn hiểu biết của HS đối với nội dung tiết học: “Hãy nêu một số sai sót thường gặp trong xuất phát và chạy tăng tốc độ sau xuất phát.”	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi của GV.	– HS hình thành được mối liên hệ với nội dung bài học. Đáp án: Nỗ lực tăng tốc độ quá lớn ngay sau xuất phát; không nhanh chóng tiếp cận đường chạy trong cùng ngay trong giai đoạn chạy tăng tốc độ sau xuất phát.
– Khởi động chung: Chạy theo địa hình tự nhiên, xoay các khớp, ép dọc, ép ngang.	– Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng ngang).	– HS thực hiện đủ số lần theo nhịp hô của chỉ huy.
– Khởi động chuyên môn: Chạy bước nhỏ, chạy nâng cao đùi, chạy đạp sau chuyển sang chạy tăng tốc độ trên cự li 10 – 15 m; xuất phát, chạy tăng tốc độ từ đường thẳng vào đường vòng và từ đường vòng ra đường thẳng trên cự li 25 – 30 m. Thực hiện 2 lần.	– Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng dọc).	– HS thực hiện đủ 1 lần × 15 m.

HOẠT ĐỘNG HÌNH THÀNH KIẾN THỨC MỚI

1. Mục tiêu: Biết sử dụng các yếu tố của địa hình tự nhiên để rèn luyện và phát triển thể lực; Hình thành ở HS kiến thức, kĩ năng thực hiện củng cố kĩ thuật xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát, biết cách luyện tập; Biết một số điều luật cơ bản trong thi đấu chạy cự li ngắn.
2. Nội dung: Củng cố kĩ thuật xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Hướng dẫn sử dụng các yếu tố của địa hình tự nhiên để rèn luyện và phát triển thể lực (SGK GDTC 9 tr.7,8).	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết lựa chọn và sử dụng các yếu tố của địa hình tự nhiên để rèn luyện và phát triển thể lực.
– Giới thiệu mục đích, tác dụng của củng cố kĩ thuật xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát.	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết được mục đích, tác dụng của củng cố kĩ thuật xuất phát thấp và chạy lao sau xuất phát.

– Sử dụng hình ảnh trực quan hoặc video (nếu có), phân tích thị phạm động tác mẫu củng cố kĩ thuật xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát; cách luyện tập.	– Quan sát, ghi nhớ cấu trúc, trình tự củng cố kĩ thuật xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát.	– HS hình thành biểu tượng đúng về củng cố kĩ thuật xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát.
– Cho HS đồng loạt luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV về củng cố kĩ thuật xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát.	– Luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV.	– HS bước đầu thực hiện củng cố kĩ thuật xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát và biết phương pháp luyện tập.
– Chỉ dẫn các sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.	– Chú ý lắng nghe, tự sửa chữa.	– HS nhận biết được những sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.
– Giới thiệu một số điều luật thi đấu chạy cự li trung bình (SGK GDTC 9 tr.13).	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết được một số điều luật thi đấu chạy cự li trung bình.

HOẠT ĐỘNG LUYỆN TẬP

1. Mục tiêu: Thực hành luyện tập củng cố kĩ thuật xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát.
2. Nội dung: Luyện tập củng cố kĩ thuật xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Phổ biến nội dung, yêu cầu và hướng dẫn trình tự luyện tập.	– Chú ý lắng nghe và quan sát.	– HS biết được nội dung, yêu cầu và trình tự luyện tập.
– Tổ chức các hình thức luyện tập. – Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn hoạt động luyện tập của HS.	Luyện tập cá nhân Tự hô khẩu lệnh và thực hiện các bài tập sau: – Xuất phát, chạy tăng tốc độ sau xuất phát trên đường thẳng cự li 25 – 30 m, thực hiện 2 – 3 lần xen kẽ quãng nghỉ 2 – 3 phút. – Xuất phát đầu đường vòng, chạy tăng tốc độ cự li 25 – 30 m, thực hiện 2 – 3 lần xen kẽ quãng nghỉ 2 – 3 phút.	– HS thực hiện được đúng số lần và cự li.
– Hướng dẫn HS phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.	– HS tự phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.	

HOẠT ĐỘNG VẬN DỤNG

1. Mục tiêu: HS vận dụng được nội dung bài học vào thực tiễn học tập hoặc cuộc sống.
2. Nội dung: Vận dụng bài tập củng cố kĩ thuật xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát để rèn luyện sức mạnh tốc độ và sức bền tốc độ.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Hướng dẫn HS vận dụng trong quá trình luyện tập: Thay đổi nội dung và yêu cầu tập luyện theo hướng phối hợp xuất phát theo hiệu lệnh và chạy tăng tốc độ trên đường thẳng với yêu cầu về tính nhịp điệu.	– Vận dụng bài tập củng cố kĩ thuật xuất phát thấp và chạy lao sau xuất phát trong quá trình luyện tập.	– HS biết vận dụng bài tập củng cố kĩ thuật xuất phát thấp và chạy lao sau xuất phát để rèn luyện sức mạnh tốc độ và sức bền tốc độ trong quá trình luyện tập.
– Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng: “+ Câu 1. Trong rèn luyện sức bền, em cần bổ sung các chất dinh dưỡng nào? + Câu 2. Ngay sau khi kết thúc chạy cự li trung bình, em cần chú ý những điều gì?”	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi vận dụng.	– Đáp án câu hỏi vận dụng: + Câu 1. Nguồn năng lượng do thức ăn đem lại hàng ngày có tỉ lệ lipid cần bổ sung chiếm khoảng 30% tổng năng lượng được cung cấp. Ngoài ra, nhu cầu protein, carbohydrate cũng tăng lên đáng kể. + Câu 2. Thả lỏng tích cực bằng các bài tập có cường độ thấp kết hợp hít thở sâu – Đi bộ, chạy chậm...
– Giao nhiệm vụ cho HS luyện tập vào thời gian rèn luyện thể dục hằng ngày, có sản phẩm bằng hình ảnh hoặc video.	– Cá nhân chủ động thực hiện nhiệm vụ GV giao, có báo cáo (kèm theo minh chứng) hoặc trình diễn kết quả.	– Video tự luyện tập bài tập kĩ thuật xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát để rèn luyện sức nhanh khi rèn luyện thể dục hằng ngày.

HOẠT ĐỘNG KẾT THÚC

1. Mục tiêu: Đưa cơ thể HS trở về trạng thái ban đầu sau giờ học.
2. Nội dung: Hồi phục sau luyện tập; nhận xét, đánh giá kết quả học tập của HS.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Hướng dẫn HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Tự tổ chức thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Cơ thể HS được thả lỏng.

– Nhận xét về thái độ, đánh giá kết quả học tập và vận dụng của HS.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét.	– HS biết được kết quả học tập và vận dụng của bản thân.
– Hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét và hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới. Có thể đề xuất ý kiến với GV.	– HS biết nội dung cần chuẩn bị cho bài học tiếp theo.

TIẾT 3, 4. LUYỆN TẬP Củng cố kĩ thuật XUẤT PHÁT VÀ TĂNG TỐC ĐỘ SAU XUẤT PHÁT

I. MỤC TIÊU

1. Kiến thức

Hiểu được cấu trúc và cách luyện tập củng cố kĩ thuật xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát.

2. Năng lực

- Hoàn thành được giai đoạn xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát.
- Hoàn thành lượng vận động của bài tập.

3. Phẩm chất

Nỗ lực ý chí, kiên trì khắc phục khó khăn trong quá trình luyện tập.

II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU

- Sân tập điền kinh.
- Dụng cụ, trang thiết bị: Còi, đồng hồ bấm giây, bộ tranh ảnh, dụng cụ phục vụ dạy học và luyện tập.
- SGK *Giáo dục thể chất 9* (Bộ sách *Kết nối tri thức với cuộc sống*).

III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC

HOẠT ĐỘNG MỞ ĐẦU

1. Mục tiêu: Cơ thể HS đạt trạng thái sẵn sàng thực hiện các bài tập vận động.
2. Nội dung: Khởi động tư duy, chuẩn bị tâm thế và khởi động cơ thể.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Nhận lớp, kiểm tra sĩ số, tình hình sức khỏe học sinh.	– Chỉ huy tập trung lớp, dóng hàng và báo cáo sĩ số.	– HS xếp thành 3 hoặc 4 hàng ngang.

– Đặt câu hỏi để thu hút, kích lệ sự tập trung chú ý và khai thác vốn hiểu biết của HS đối với nội dung tiết học: “Có thể tự luyện tập chạy cự li trung bình trong những điều kiện sân bãi như thế nào?”	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi của GV.	– HS hình thành được mối liên hệ với nội dung bài học. Đáp án: Trong sân vận động có đường chạy; trên địa hình bằng phẳng; trong điều kiện tự nhiên;...
– Khởi động chung: Chạy theo địa hình tự nhiên, xoay các khớp, ép dọc, ép ngang.	– Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng ngang).	– HS thực hiện đủ số lần theo nhịp hô của chỉ huy.
– Trò chơi hỗ trợ khởi động: “Bạn nào di chuyển nhanh hơn” (SGK GDTC 9 tr.33, 34).	– Hoạt động cả lớp (đứng theo đội hình trò chơi quy định).	– HS được vận động và vui vẻ khi thực hiện trò chơi.

HOẠT ĐỘNG HÌNH THÀNH KIẾN THỨC MỚI

1. Mục tiêu: HS hiểu về kiến thức, kỹ năng thực hiện củng cố kỹ thuật xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát, biết cách luyện tập.
2. Nội dung: Củng cố kỹ thuật xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Sử dụng hình ảnh trực quan hoặc video (nếu có), phân tích thị phạm động tác mẫu củng cố kỹ thuật xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát; cách luyện tập.	– Quan sát, ghi nhớ cấu trúc, trình tự củng cố kỹ thuật xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát.	– HS hình thành biểu tượng đúng về củng cố kỹ thuật xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát.
– Cho HS đồng loạt luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV về củng cố kỹ thuật xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát.	– Luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV.	– HS bước đầu thực hiện củng cố kỹ thuật xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát và biết phương pháp luyện tập.
– Chỉ dẫn các sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.	– Chú ý lắng nghe, tự sửa chữa.	– HS nhận biết được những sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.

HOẠT ĐỘNG LUYỆN TẬP

1. Mục tiêu: Thực hành luyện tập củng cố kỹ thuật xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát.

2. Nội dung: Luyện tập củng cố kĩ thuật xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát.

3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

GV tổ chức hoạt động	Hoạt động của HS	Kết quả/sản phẩm học tập
– Nhận lớp, kiểm tra sĩ số, tình hình sức khoẻ học sinh.	– Chỉ huy tập trung lớp, đóng hàng và báo cáo sĩ số.	– HS xếp thành 3 hoặc 4 hàng ngang.
– Tổ chức các hình thức luyện tập. – Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn hoạt động luyện tập của HS.	Luyện tập nhóm Luân phiên chỉ huy nhóm luyện tập: – Xuất phát đầu đường thẳng, đầu đường vòng theo hiệu lệnh, chạy tăng tốc độ cự li 30 – 35 m, thực hiện 2 – 3 lần xen kẽ quãng nghỉ 3 – 4 phút. – Xuất phát đầu đường thẳng, đầu đường vòng theo hiệu lệnh, chạy tăng tốc độ cự li 30 – 35 m, sau đó duy trì tốc độ trung bình cự li 70 – 80 m, mỗi vị trí xuất phát thực hiện 2 – 3 lần xen kẽ quãng nghỉ 4 – 5 phút.	– HS thực hiện được đúng số lần và cự li.
– Hướng dẫn HS phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.		– HS tự phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.
– Trò chơi phát triển sức nhanh: “ <i>Tiếp sức đồng đội</i> ” (SGK GDTC 9 tr.36).	– Hoạt động cả lớp (đứng theo đội hình trò chơi quy định).	– HS phát triển sức bền và vui vẻ khi thực hiện trò chơi.

HOẠT ĐỘNG VẬN DỤNG

1. Mục tiêu: HS vận dụng được nội dung bài học vào thực tiễn học tập hoặc cuộc sống.

2. Nội dung: Vận dụng bài tập củng cố kĩ thuật xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát để rèn luyện sức mạnh tốc độ và sức bền tốc độ.

3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

GV tổ chức hoạt động	Hoạt động của HS	Kết quả/sản phẩm học tập
– Hướng dẫn HS vận dụng trong quá trình luyện tập: Thay đổi nội dung và yêu cầu tập luyện theo hướng phối hợp xuất phát theo hiệu lệnh và chạy tăng tốc độ từ đầu đường vòng với yêu cầu về tính nhịp điệu.	– Vận dụng bài tập các bài tập thể lực để rèn luyện và phát triển sức nhanh phản ứng đối với hiệu lệnh xuất phát, sức mạnh tốc độ và sức bền tốc độ trong quá trình luyện tập.	– HS biết vận dụng các bài tập thể lực để rèn luyện và phát triển sức nhanh phản ứng đối với hiệu lệnh xuất phát, sức mạnh tốc độ và sức bền tốc độ trong quá trình luyện tập.

– Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng: “+ Câu 1. Phân phối sức trong chạy cự li trung bình có tác dụng gì? + Câu 2. Nâng cao tính nhịp điệu của động tác trong chạy cự li trung bình có tác dụng gì?”	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi vận dụng.	Đáp án câu hỏi vận dụng: + Câu 1. Đảm bảo cho người tập có thể thực hiện được toàn bộ cự li chạy; phát huy tối đa khả năng của cơ thể trên toàn cự li;... + Câu 2. Động tác được thực hiện đẹp hơn; tiết kiệm được sức lực, cho phép tăng tốc độ hoặc kéo dài cự li luyện tập.
– Giao nhiệm vụ cho HS luyện tập vào thời gian rèn luyện thể dục hằng ngày, có sản phẩm bằng hình ảnh hoặc video.	– Cá nhân chủ động thực hiện nhiệm vụ GV giao, có báo cáo (kèm theo minh chứng) hoặc trình diễn kết quả.	– Video tự luyện tập bài tập kĩ thuật xuất phát thấp và chạy lao sau xuất phát để rèn luyện sức nhanh khi rèn luyện thể dục hằng ngày.

HOẠT ĐỘNG KẾT THÚC

1. Mục tiêu: Đưa cơ thể HS trở về trạng thái ban đầu sau giờ học.
2. Nội dung: Hồi phục sau luyện tập; nhận xét, đánh giá kết quả học tập của HS.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Hướng dẫn HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Tự tổ chức thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Cơ thể HS được thả lỏng.
– Nhận xét về thái độ, đánh giá kết quả học tập và vận dụng của HS.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét.	– HS biết được kết quả học tập và vận dụng của bản thân.
– Hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét và hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới. Có thể đề xuất ý kiến với GV.	– HS biết nội dung cần chuẩn bị cho bài học tiếp theo.

BÀI 2. Củng cố kĩ thuật chạy giữa quãng và về đích (5 tiết)

TIẾT 1, 2. Củng cố kĩ thuật chạy giữa quãng và về đích

I. MỤC TIÊU

1. Kiến thức

Nhận biết được nội dung, yêu cầu củng cố kĩ thuật chạy giữa quãng và về đích; Dinh dưỡng đối với luyện tập nhằm phát triển sức bền.

2. Năng lực

- Hoàn thành được giai đoạn chạy giữa quãng và về đích.
- Khắc phục được hiện tượng “cực điểm” xảy ra khi chạy cự li trung bình.
- Biết sử dụng dinh dưỡng đối với luyện tập nhằm phát triển sức bền.

3. Phẩm chất

Có trách nhiệm, hoà đồng với tập thể và sẵn sàng giúp đỡ lẫn nhau trong học tập, rèn luyện

II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU

- Sân tập điền kinh.
- Dụng cụ, trang thiết bị: Còi, đồng hồ bấm giây, bộ tranh ảnh, dụng cụ phục vụ dạy học và luyện tập.
- SGK *Giáo dục thể chất 9* (Bộ sách *Kết nối tri thức với cuộc sống*).

III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC

HOẠT ĐỘNG MỞ ĐẦU

1. Mục tiêu: Giúp HS có nhận biết bước đầu về củng cố kĩ thuật chạy giữa quãng và về đích; cơ thể HS đạt trạng thái sẵn sàng thực hiện các bài tập vận động.
2. Nội dung: Khởi động tư duy, chuẩn bị tâm thế và khởi động cơ thể.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Nhận lớp, kiểm tra sĩ số, tình hình sức khoẻ học sinh.	– Chỉ huy tập trung lớp, dóng hàng và báo cáo sĩ số.	– HS xếp thành 3 hoặc 4 hàng ngang.
– Phổ biến mục tiêu, nội dung, nhiệm vụ học tập.	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết được nội dung bài học.

– Đặt câu hỏi để thu hút, kích lệ sự tập trung chú ý và khai thác vốn hiểu biết của HS đối với nội dung tiết học: “ <i>Có thể sử dụng yếu tố tự nhiên nào để rèn luyện và phát triển sức bền?</i> ”	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi của GV.	– HS hình thành được mối liên hệ với nội dung bài học. Đáp án: Yếu tố địa hình, môi trường nước.
– Khởi động chung: Chạy theo địa hình tự nhiên, xoay các khớp, ép dọc, ép ngang.	– Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng ngang).	– HS thực hiện đủ số lần theo nhịp hô của chỉ huy.
– Khởi động chuyên môn: Chạy bước nhỏ, chạy nâng cao đùi, chạy đạp sau chuyển sang chạy tăng tốc độ trên cự li 10 – 15 m; xuất phát, chạy tăng tốc độ từ đường thẳng vào đường vòng và từ đường vòng ra đường thẳng trên cự li 25 – 30 m. Thực hiện 2 lần.	– Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng dọc).	– HS thực hiện đủ 1 lần × 15 m.

HOẠT ĐỘNG HÌNH THÀNH KIẾN THỨC MỚI

1. Mục tiêu: Biết sử dụng dinh dưỡng đối với luyện tập nhằm phát triển sức bền; Hình thành ở HS kiến thức, kĩ năng thực hiện củng cố kĩ thuật chạy giữa quãng và về đích, biết cách luyện tập; Khắc phục được hiện tượng “cực điểm” xảy ra khi chạy cự li trung bình.
2. Nội dung: Củng cố kĩ thuật chạy giữa quãng và về đích.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

GV tổ chức hoạt động	Hoạt động của HS	Kết quả/sản phẩm học tập
– Hướng dẫn sử dụng dinh dưỡng đối với luyện tập nhằm phát triển sức bền (SGK GDTC 9 tr.9).	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết lựa chọn và sử dụng dinh dưỡng đối với luyện tập nhằm phát triển sức bền.
– Giới thiệu mục đích, tác dụng của củng cố kĩ thuật chạy giữa quãng và về đích. Khắc phục được hiện tượng “cực điểm” xảy ra khi chạy cự li trung bình.	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết được mục đích, tác dụng của củng cố kĩ thuật chạy giữa quãng và về đích. Biết khắc phục được hiện tượng “cực điểm” xảy ra khi chạy cự li trung bình.
– Sử dụng hình ảnh trực quan hoặc video (nếu có), phân tích thị phạm động tác mẫu củng cố chạy giữa quãng và về đích; cách luyện tập.	– Quan sát, ghi nhớ cấu trúc, trình tự củng cố kĩ thuật chạy giữa quãng và về đích.	– HS hình thành biểu tượng đúng về củng cố chạy giữa quãng và về đích.

– Cho HS đồng loạt luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV về củng cố chạy giữa quãng và về đích.	– Luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV.	– HS bước đầu thực hiện củng cố chạy giữa quãng và về đích và biết phương pháp luyện tập.
– Chỉ dẫn các sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.	– Chú ý lắng nghe, tự sửa chữa.	– HS nhận biết được những sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.

HOẠT ĐỘNG LUYỆN TẬP

1. Mục tiêu: Thực hành luyện tập củng cố kĩ thuật chạy giữa quãng và về đích.
2. Nội dung: Luyện tập củng cố kĩ thuật chạy giữa quãng và về đích.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Phổ biến nội dung, yêu cầu và hướng dẫn trình tự luyện tập.	– Chú ý lắng nghe và quan sát.	– HS biết được nội dung, yêu cầu và trình tự luyện tập.
– Tổ chức các hình thức luyện tập. – Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn hoạt động luyện tập của HS.	Luyện tập cá nhân Tự hô khẩu lệnh và thực hiện các bài tập sau: – Chạy tăng tốc độ từ đường thẳng vào đường vòng, từ đường vòng ra đường thẳng cự li 150 – 200 m kết hợp đánh đích, thực hiện 2 lần xen kẽ quãng nghỉ 3 – 4 phút. – Chạy lặp lại cự li 200 – 250 m, thực hiện 1 – 2 lần xen kẽ quãng nghỉ 4 – 5 phút. – Xuất phát và tăng tốc độ trên đường thẳng, đầu đường vòng cự li 80 – 120 m, thực hiện 1 – 2 lần xen kẽ quãng nghỉ 3 – 4 phút.	– HS thực hiện được đúng số lần và cự li.
– Hướng dẫn HS phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.		– HS tự phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.

HOẠT ĐỘNG VẬN DỤNG

1. Mục tiêu: HS vận dụng được nội dung bài học vào thực tiễn học tập hoặc cuộc sống.
2. Nội dung: Vận dụng bài tập củng cố kĩ thuật chạy giữa quãng và về đích để rèn luyện sức bền.

3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

GV tổ chức hoạt động	Hoạt động của HS	Kết quả/sản phẩm học tập
– Hướng dẫn HS vận dụng trong quá trình luyện tập: Thay đổi nội dung và yêu cầu tập luyện theo hướng: Tăng tốc độ, cự li và nhịp điệu thực hiện bài tập chạy giữa quãng, bài tập phối hợp; giảm dần thời gian nghỉ giữa quãng; tổ chức thi đấu toàn cự li có đo thời gian.	– Vận dụng bài tập củng cố kĩ thuật chạy giữa quãng và về đích trong quá trình luyện tập.	– HS biết vận dụng bài tập củng cố kĩ thuật chạy giữa quãng và về đích để rèn luyện sức bền trong quá trình luyện tập.
– Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng: “+ Câu 1. Những điều cần chú ý trong chạy cự li trung bình là gì? + Câu 2. Trong chạy cự li trung bình, phải làm gì để vượt qua hiện tượng “cực điểm”?”	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi vận dụng.	– Đáp án câu hỏi vận dụng: + Câu 1. Duy trì được tốc độ chạy phù hợp với khả năng; duy trì được nhịp điệu bước chạy trên toàn cự li; khắc phục có hiệu quả hiện tượng cực điểm;... + Câu 2. Chủ động ghi nhớ thời điểm, mức độ và diễn biến của hiện tượng “cực điểm”; đánh giá được khả năng chịu đựng của bản thân. Chủ động áp dụng các biện pháp hạn chế mức độ “cực điểm”: Tăng cường tần số và độ sâu của nhịp thở; không tăng tốc độ vào thời điểm sắp xuất hiện “cực điểm; bình tĩnh, nỗ lực duy trì tốc độ khi xuất hiện “cực điểm
– Giao nhiệm vụ cho HS luyện tập vào thời gian rèn luyện thể dục hằng ngày, có sản phẩm bằng hình ảnh hoặc video.	– Cá nhân chủ động thực hiện nhiệm vụ GV giao, có báo cáo (kèm theo minh chứng) hoặc trình diễn kết quả.	– Video tự luyện tập bài tập kĩ thuật chạy giữa quãng và về đích để rèn luyện sức bền khi rèn luyện thể dục hằng ngày.

HOẠT ĐỘNG KẾT THÚC

1. Mục tiêu: Đưa cơ thể HS trở về trạng thái ban đầu sau giờ học.
2. Nội dung: Hồi phục sau luyện tập; nhận xét, đánh giá kết quả học tập của HS.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

GV tổ chức hoạt động	Hoạt động của HS	Kết quả/sản phẩm học tập
– Hướng dẫn HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Tự tổ chức thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Cơ thể HS được thả lỏng.
– Nhận xét về thái độ, đánh giá kết quả học tập và vận dụng của HS.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét.	– HS biết được kết quả học tập và vận dụng của bản thân.
– Hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét và hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới. Có thể đề xuất ý kiến với GV.	– HS biết nội dung cần chuẩn bị cho bài học tiếp theo.

TIẾT 3, 4, 5. LUYỆN TẬP Củng cố kĩ thuật chạy giữa quãng và về đích

I. MỤC TIÊU

1. Kiến thức

Hiểu được cấu trúc và cách luyện tập phối hợp các giai đoạn chạy cự li trung bình.

2. Năng lực

- Phối hợp được giai đoạn chạy cự li trung bình.
- Có sự phát triển về sức bền và năng lực phối hợp vận động

3. Phẩm chất

Có trách nhiệm, hoà đồng với tập thể và sẵn sàng giúp đỡ lẫn nhau trong học tập, rèn luyện.

II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU

- Sân tập điền kinh.
- Dụng cụ, trang thiết bị: Còi, đồng hồ bấm giây, bộ tranh ảnh, dụng cụ phục vụ dạy học và luyện tập.
- SGK *Giáo dục thể chất 9* (Bộ sách *Kết nối tri thức với cuộc sống*).

III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC

HOẠT ĐỘNG MỞ ĐẦU

- 1.** Mục tiêu: Cơ thể HS đạt trạng thái sẵn sàng thực hiện các bài tập vận động.
- 2.** Nội dung: Khởi động tư duy, chuẩn bị tâm thế và khởi động cơ thể.
- 3.** Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

HOẠT ĐỘNG HÌNH THÀNH KIẾN THỨC MỚI

1. Mục tiêu: HS hiểu về kiến thức, kỹ năng thực hiện phối hợp các giai đoạn chạy cự li trung bình, biết cách luyện tập.
2. Nội dung: Phối hợp các giai đoạn chạy cự li trung bình.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Giới thiệu mục đích, tác dụng của phối hợp các giai đoạn chạy cự li trung bình.	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết được mục đích, tác dụng của phối hợp các giai đoạn chạy cự li trung bình.
– Sử dụng hình ảnh trực quan hoặc video (nếu có), phân tích thị phạm động tác mẫu phối hợp các giai đoạn chạy cự li trung bình; cách luyện tập.	– Quan sát, ghi nhớ cấu trúc, trình tự phối hợp các giai đoạn chạy cự li trung bình.	– HS hình thành biểu tượng đúng về phối hợp các giai đoạn chạy cự li trung bình.
– Cho HS đồng loạt luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV về phối hợp các giai đoạn chạy cự li trung bình.	– Luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV.	– HS bước đầu thực hiện phối hợp các giai đoạn chạy cự li trung bình và biết phương pháp luyện tập.
– Chỉ dẫn các sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.	– Chú ý lắng nghe, tự sửa chữa.	– HS nhận biết được những sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.

HOẠT ĐỘNG LUYỆN TẬP

1. Mục tiêu: Thực hành luyện tập củng cố kỹ thuật xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát.
2. Nội dung: Luyện tập phối hợp các giai đoạn chạy cự li trung bình.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Phổ biến nội dung, yêu cầu và hướng dẫn trình tự luyện tập.	– Chú ý lắng nghe và quan sát.	– HS biết được nội dung, yêu cầu và trình tự luyện tập.
– Tổ chức các hình thức luyện tập. – Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn hoạt động luyện tập của HS.	Luyện tập nhóm Luân phiên chỉ huy nhóm luyện tập: – Chạy tăng tốc độ từ đường thẳng vào đường vòng cự li 100 – 200 m, thực hiện 2 lần xen kẽ quãng nghỉ 4 – 5 phút. – Chạy tăng tốc độ từ đường vòng ra đường thẳng kết hợp đánh đích	– HS thực hiện được đúng số lần và cự li.

	cự li 100 – 120 m, thực hiện 2 lần xen kẽ quãng nghỉ 4 – 5 phút. – Xuất phát và chạy tăng tốc độ trên đường thẳng cự li 20 – 100 m, thực hiện 2 – 3 lần xen kẽ quãng nghỉ 4 – 5 phút. – Xuất phát và chạy tăng tốc độ trên đường vòng cự li 80 – 100 m, thực hiện 2 – 3 lần xen kẽ quãng nghỉ 4 – 5 phút. – Chạy tùy sức 5 phút. – Thi đấu tập trên cự li 600 – 800 m đối với nữ; 800 – 1000 m đối với nam.	
– Hướng dẫn HS phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.		– HS tự phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.

HOẠT ĐỘNG VẬN DỤNG

1. Mục tiêu: HS vận dụng được nội dung bài học vào thực tiễn học tập hoặc cuộc sống.
2. Nội dung: Vận dụng bài tập phối hợp các giai đoạn chạy cự li trung bình để rèn luyện sức bền.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Hướng dẫn HS vận dụng trong quá trình luyện tập: Thay đổi nội dung và yêu cầu tập luyện theo hướng: Tăng tốc độ, cự li và nhịp điệu thực hiện bài tập chạy giữa quãng, bài tập phối hợp; giảm dần thời gian nghỉ giữa quãng; tổ chức thi đấu toàn cự li có đo thời gian.	– Vận dụng bài tập phối hợp các giai đoạn chạy cự li trung bình trong quá trình luyện tập.	– HS biết vận dụng bài tập phối hợp các giai đoạn chạy cự li trung bình để rèn luyện sức bền trong quá trình luyện tập.
– Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng: “Trong luyện tập chạy cự li trung bình, quá trình rèn luyện khả năng phân phối sức cần phải thực hiện như thế nào?”	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi vận dụng.	Đáp án câu hỏi vận dụng: Chủ động ghi nhớ tốc độ và đánh giá được khả năng hoàn thành cự li trong mỗi lần thực hiện bài tập; không vì cảm xúc hoặc sự ganh đua để chạy với tốc độ vượt quá khả năng của bản thân; điều chỉnh được tốc độ chạy phù hợp với khả năng của bản

		thân, của tình huống để hoàn thành cự li với thời gian ngắn nhất.
– Giao nhiệm vụ cho HS luyện tập vào thời gian rèn luyện thể dục hằng ngày, có sản phẩm bằng hình ảnh hoặc video.	– Cá nhân chủ động thực hiện nhiệm vụ GV giao, có báo cáo (kèm theo minh chứng) hoặc trình diễn kết quả.	– Video tự luyện tập bài tập kĩ thuật xuất phát thấp và chạy lao sau xuất phát để rèn luyện sức nhanh khi rèn luyện thể dục hằng ngày.

HOẠT ĐỘNG KẾT THÚC

1. Mục tiêu: Đưa cơ thể HS trở về trạng thái ban đầu sau giờ học.
2. Nội dung: Hồi phục sau luyện tập; nhận xét, đánh giá kết quả học tập của HS.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Hướng dẫn HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Tự tổ chức thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Cơ thể HS được thả lỏng.
– Nhận xét về thái độ, đánh giá kết quả học tập và vận dụng của HS.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét.	– HS biết được kết quả học tập và vận dụng của bản thân.
– Hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét và hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới. Có thể đề xuất ý kiến với GV.	– HS biết nội dung cần chuẩn bị cho bài học tiếp theo.

TIẾT KIỂM TRA – ĐÁNH GIÁ NỘI DUNG CHỦ ĐỀ CHẠY CỰ LI TRUNG BÌNH

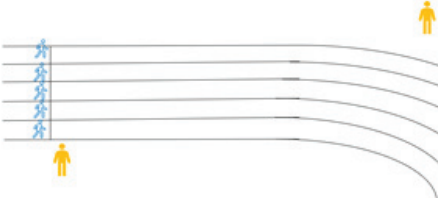
I. MỤC TIÊU

- Kiểm tra Phần Một: Vận động cơ bản – Chủ đề 3: Chạy cự li trung bình.
- Vận dụng được kiến thức đã học để làm bài kiểm tra – đánh giá.

II. THIẾT BỊ KIỂM TRA – ĐÁNH GIÁ VÀ HỌC LIỆU

- Sân điền kinh.
- Dụng cụ, trang thiết bị: Còi, đồng hồ bấm giờ, cờ phát lệnh.

III. TỔ CHỨC CÁC HOẠT ĐỘNG KIỂM TRA – ĐÁNH GIÁ

<i>Nội dung kiểm tra</i>	<i>Tổ chức kiểm tra</i>	<i>Tiêu chí đánh giá</i>
Chạy cự li trung bình. – Thực hiện: Chạy cự li trung bình. – Yêu cầu: Chạy hết cự li.	 (Đội hình kiểm tra chạy cự li trung bình)	– Đúng kĩ thuật. – Thực hiện đúng luật điền kinh. – Chạy hết cự li. – Chạy đúng đường chạy.

Thang đánh giá

GV căn cứ vào: Kiến thức + Năng lực + Thái độ và sự tiến bộ của HS để xây dựng thang đánh giá cho phù hợp.

CHỦ ĐỀ 4. BÀI TẬP THỂ DỤC

BÀI 1. BÀI THỂ DỤC NHỊP ĐIỆU (PHẦN 1) (3 TIẾT)

TIẾT 1, 2, 3. BÀI THỂ DỤC NHỊP ĐIỆU (PHẦN 1)

I. MỤC TIÊU

1. Kiến thức

Nhận biết được nội dung, yêu cầu Bài thể dục nhịp điệu (Phần 1); Rèn luyện sức khoẻ bằng tắm nước lạnh.

2. Năng lực

- Thực hiện được và hô đúng nhịp động tác giậm chân tại chỗ, động tác thu chân – tay cao, động tác bật tách chụm, động tác vận mình của bài thể dục nhịp điệu.
- Biết rèn luyện sức khoẻ bằng tắm nước lạnh.
- Biết điều chỉnh sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và luyện tập.

3. Phẩm chất

Tích cực vận động thân thể, có thói quen thường xuyên luyện tập TDTT.

II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU

- Sân tập TDTT hoặc nhà tập thể chất.
- Dụng cụ, trang thiết bị: Còi, bộ tranh ảnh, dụng cụ phục vụ dạy học và luyện tập.
- SGK *Giáo dục thể chất 9* (Bộ sách *Kết nối tri thức với cuộc sống*).

III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC

HOẠT ĐỘNG MỞ ĐẦU

1. Mục tiêu: Giúp HS có nhận biết bước đầu về các động tác giậm chân tại chỗ, động tác thu chân – tay cao, động tác bật tách chụm, động tác vận mình của bài thể dục nhịp điệu; cơ thể HS đạt trạng thái sẵn sàng thực hiện các bài tập vận động.
2. Nội dung: Khởi động tư duy, chuẩn bị tâm thể và khởi động cơ thể.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Nhận lớp, kiểm tra sĩ số, tình hình sức khoẻ học sinh.	– Chỉ huy tập trung lớp, dóng hàng và báo cáo sĩ số.	– HS xếp thành 3 hoặc 4 hàng ngang.

– Đặt câu hỏi để thu hút, kích lệ sự tập trung chú ý và khai thác vốn hiểu biết của HS đối với nội dung tiết học: “+ Câu 1. Thể dục nhịp điệu được phân chia thành hai loại, đó là những loại nào?” + Câu 2. Có thể phối hợp luyện tập hoặc biểu diễn thể dục nhịp điệu với những loại dụng cụ nào?”	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi của GV.	– HS hình thành được mối liên hệ với nội dung bài học. - Đáp án: + Câu 1. Thể dục nhịp điệu cho mọi người và thể dục nhịp điệu cho thi đấu. + Câu 2. Bóng, gậy, dây,...
– Khởi động chung: Chạy chậm theo vòng tròn, xoay các khớp, ép dọc, ép ngang.	– Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng ngang).	– HS thực hiện đủ số lần theo nhịp hô của chỉ huy.
– Khởi động chuyên môn: Thực hiện Bài thể dục nhịp điệu đã học ở lớp 8	– Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng dọc).	– HS thực hiện đủ 1 lần.
– Trò chơi hỗ trợ khởi động: “Chạy nâng cao đùi theo thang dây” (SGK GDTC 9 tr.41).	– Hoạt động cả lớp (đứng theo đội hình trò chơi quy định).	– HS được vận động và vui vẻ khi thực hiện trò chơi.

HOẠT ĐỘNG HÌNH THÀNH KIẾN THỨC MỚI

- 1.** Mục tiêu: Biết rèn luyện sức khỏe bằng tắm nắng; Hình thành ở HS kiến thức, kĩ năng thực hiện các động tác giậm chân tại chỗ, động tác thu chân – tay cao, động tác bật tách chụm, động tác vận mình của bài thể dục nhịp điệu; biết cách luyện tập.
- 2.** Nội dung: Các động tác giậm chân tại chỗ, động tác thu chân – tay cao, động tác bật tách chụm, động tác vận mình của bài thể dục nhịp điệu.
- 3.** Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Hướng dẫn cách rèn luyện sức khỏe bằng tắm nước lạnh (SGK GDTC 9 tr.5).	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết lựa chọn và rèn luyện sức khỏe bằng tắm nước lạnh.
– Giới thiệu mục đích, tác dụng của các động tác giậm chân tại chỗ, động tác thu chân – tay cao, động tác bật tách chụm, động tác vận mình của bài thể dục nhịp điệu.	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết được mục đích, tác dụng của các động tác giậm chân tại chỗ, động tác thu chân – tay cao, động tác bật tách chụm, động tác vận mình của bài thể dục nhịp điệu.

– Sử dụng hình ảnh trực quan hoặc video (nếu có), phân tích thị phạm động tác mẫu các động tác giậm chân tại chỗ, động tác thu chân – tay cao, động tác bật tách chụm, động tác vận mình của bài thể dục nhịp điệu; cách luyện tập.	– Quan sát, ghi nhớ cấu trúc, trình tự các động tác giậm chân tại chỗ, động tác thu chân – tay cao, động tác bật tách chụm, động tác vận mình của bài thể dục nhịp điệu.	– HS hình thành biểu tượng đúng về các động tác giậm chân tại chỗ, động tác thu chân – tay cao, động tác bật tách chụm, động tác vận mình của bài thể dục nhịp điệu.
– Cho HS đồng loạt luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV về các động tác giậm chân tại chỗ, động tác thu chân – tay cao, động tác bật tách chụm, động tác vận mình của bài thể dục nhịp điệu.	– Luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV.	– HS bước đầu thực hiện các động tác giậm chân tại chỗ, động tác thu chân – tay cao, động tác bật tách chụm, động tác vận mình của bài thể dục nhịp điệu và biết phương pháp luyện tập.
– Chỉ dẫn các sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.	– Chú ý lắng nghe, tự sửa chữa.	– HS nhận biết được những sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.

HOẠT ĐỘNG LUYỆN TẬP

1. Mục tiêu: Thực hành luyện tập các động tác giậm chân tại chỗ, động tác thu chân – tay cao, động tác bật tách chụm, động tác vận mình của bài thể dục nhịp điệu.
2. Nội dung: Luyện tập các động tác giậm chân tại chỗ, động tác thu chân – tay cao, động tác bật tách chụm, động tác vận mình của bài thể dục nhịp điệu.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Phổ biến nội dung, yêu cầu và hướng dẫn trình tự luyện tập.	– Chú ý lắng nghe và quan sát.	– HS biết được nội dung, yêu cầu và trình tự luyện tập.
– Tổ chức các hình thức luyện tập. – Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn hoạt động luyện tập của HS.	a) Luyện tập cá nhân Tự hô khẩu lệnh và thực hiện các bài tập sau: – Tập từng động tác kết hợp đếm nhịp to, rõ, mỗi động tác thực hiện 2 lần 8 nhịp từ chậm đến nhanh. – Phối hợp 2 – 4 động tác trong mỗi lần thực hiện, luyện tập đúng thứ tự các động tác và tăng dần tính nhịp điệu, mỗi nội dung phối hợp thực hiện 2 – 3 lần.	– HS thực hiện được đúng số lần.

	Đối với động tác phức tạp: Tập từng nhịp, sau đó phối hợp các nhịp của động tác. b) Luyện tập cặp đôi Luân phiên đếm nhịp (từ chậm đến nhanh) giúp bạn luyện tập từng động tác và phối hợp 2 – 4 động tác. Yêu cầu đúng tư thế, đúng hướng, đảm bảo tính liên tục, thực hiện 2 – 3 lần. c) Luyện tập nhóm Luân phiên chỉ huy nhóm luyện tập: – Phối hợp 2 – 4 động tác, yêu cầu từ chậm đến nhanh, thực hiện 2 – 3 lần. – Phối hợp 2 – 4 động tác, đảm bảo tính liên tục, nhịp điệu, thực hiện 2 – 3 lần.	
– Hướng dẫn HS phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.		– HS tự phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.
– Trò chơi phát triển khéo léo: “Nhảy dây đồng đội hình số 8” (SGK GDTC 9 tr.45).	– Hoạt động cả lớp (đứng theo đội hình trò chơi quy định).	– HS phát triển khéo léo và vui vẻ khi thực hiện trò chơi.

HOẠT ĐỘNG VẬN DỤNG

1. Mục tiêu: HS vận dụng được nội dung bài học vào thực tiễn học tập hoặc cuộc sống.
2. Nội dung: Vận dụng các động tác giậm chân tại chỗ, động tác thu chân – tay cao, động tác bật tách chụm, động tác vận mình của bài thể dục nhịp điệu để rèn luyện khả năng khéo léo.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

GV tổ chức hoạt động	Hoạt động của HS	Kết quả/sản phẩm học tập
– Hướng dẫn HS vận dụng trong quá trình luyện tập: 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; tăng khả năng hô đúng nhịp; hạn chế khả năng quan sát lẫn nhau của HS; thay đổi hướng của đội hình luyện tập; hạn chế các vật chuẩn.	– Vận dụng các động tác giậm chân tại chỗ, động tác thu chân – tay cao, động tác bật tách chụm, động tác vận mình của bài thể dục nhịp điệu để rèn luyện khả năng khéo léo trong quá trình luyện tập.	– HS biết vận dụng các động tác giậm chân tại chỗ, động tác thu chân – tay cao, động tác bật tách chụm, động tác vận mình của bài thể dục nhịp điệu để rèn luyện khả năng khéo léo để rèn luyện khả năng khéo léo trong quá trình luyện tập.

– Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng: “+Câu 1. Em hãy tìm hiểu về vai trò, tác dụng và cách luyện tập Bài thể dục nhịp điệu. + Câu 2. Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng: Mục đích, nhiệm vụ luyện tập bài tập thể dục nhịp điệu là gì?”	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi vận dụng.	– Đáp án câu hỏi vận dụng: + Câu 1. Bài tập thể dục nhịp điệu là phương tiện rèn luyện tư thế, phát triển thể lực; có tác dụng tốt đến hầu hết các cơ quan chức năng trong cơ thể; kích thích hưng phấn, giảm lo âu mệt mỏi... + Câu 2. Rèn luyện tư thế và sức khỏe; phát triển hình thái cơ thể.
– Giao nhiệm vụ cho HS luyện tập vào thời gian rèn luyện thể dục hằng ngày, có sản phẩm bằng hình ảnh hoặc video.	– Cá nhân chủ động thực hiện nhiệm vụ GV giao, có báo cáo (kèm theo minh chứng) hoặc trình diễn kết quả.	– Video tự luyện tập các động tác giậm chân tại chỗ, động tác thu chân – tay cao, động tác bật tách chụm, động tác vận mình để rèn luyện khả năng khéo léo khi rèn luyện thể dục hằng ngày.

HOẠT ĐỘNG KẾT THÚC

1. Mục tiêu: Đưa cơ thể HS trở về trạng thái ban đầu sau giờ học.
2. Nội dung: Hồi phục sau luyện tập; nhận xét, đánh giá kết quả học tập của HS.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Hướng dẫn HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Tự tổ chức thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Cơ thể HS được thả lỏng.
– Nhận xét về thái độ, đánh giá kết quả học tập và vận dụng của HS.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét.	– HS biết được kết quả học tập và vận dụng của bản thân.
– Hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét và hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới. Có thể đề xuất ý kiến với GV.	– HS biết nội dung cần chuẩn bị cho bài học tiếp theo.

BÀI 2. BÀI THỂ DỤC NHỊP ĐIỆU (PHẦN 2) (4 TIẾT)

TIẾT 1, 2. BÀI THỂ DỤC NHỊP ĐIỆU (PHẦN 2)

I. MỤC TIÊU

1. Kiến thức

Nhận biết được nội dung, yêu cầu Bài thể dục nhịp điệu (Phần 2); Rèn luyện sức khoẻ bằng tầm năng.

2. Năng lực

- Thực hiện được và hô đúng nhịp động tác đặt gót, bước đuổi, đẩy hông, bật nhảy của bài thể dục nhịp điệu.
- Biết rèn luyện sức khoẻ bằng tầm năng.

3. Phẩm chất

Chủ động, tích cực luyện tập Bài thể dục nhịp điệu để rèn luyện sức khoẻ.

II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU

- Sân tập TDTT hoặc nhà tập thể chất.
- Dụng cụ, trang thiết bị: Còi, bộ tranh ảnh, dụng cụ phục vụ dạy học và luyện tập.
- SGK *Giáo dục thể chất 9* (Bộ sách *Kết nối tri thức với cuộc sống*).

III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC

HOẠT ĐỘNG MỞ ĐẦU

1. Mục tiêu: Giúp HS có nhận biết bước đầu về các động tác đặt gót, bước đuổi, đẩy hông, bật nhảy của bài thể dục nhịp điệu; cơ thể HS đạt trạng thái sẵn sàng thực hiện các bài tập vận động.
2. Nội dung: Khởi động tư duy, chuẩn bị tâm thế và khởi động cơ thể.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Nhận lớp, kiểm tra sĩ số, tình hình sức khoẻ học sinh.	– Chỉ huy tập trung lớp, dóng hàng và báo cáo sĩ số.	– HS xếp thành 3 hoặc 4 hàng ngang.
– Phổ biến mục tiêu, nội dung, nhiệm vụ học tập.	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết được nội dung bài học.

– Đặt câu hỏi để thu hút, kích lệ sự tập trung chú ý và khai thác vốn hiểu biết của HS đối với nội dung tiết học: “ <i>Dựa vào cấu trúc động tác và vị trí tác động đối với cơ thể, có thể phân chia bài tập thể dục nhịp điệu thành những nhóm nào?</i> ”	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi của GV.	– HS hình thành được mối liên hệ với nội dung bài học. Đáp án: Nhóm cho đầu, cổ, ngực, lưng, chân...
– Khởi động chung: Chạy chậm theo địa hình tự nhiên, xoay các khớp, ép dọc, ép ngang	– Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng ngang).	– HS thực hiện đủ số lần theo nhịp hô của chỉ huy.
– Khởi động chuyên môn: Thực hiện động tác giậm chân tại chỗ, thu chân – tay cao, bật tách chụm, vặn mình đã học ở Bài 1.	– Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng dọc).	– HS thực hiện đủ 1 lần.

HOẠT ĐỘNG HÌNH THÀNH KIẾN THỨC MỚI

1. Mục tiêu: Biết rèn luyện sức khỏe bằng tầm nắn; Hình thành ở HS kiến thức, kỹ năng thực hiện các động tác đặt gót, bước đuổi, đẩy hông, bật nhảy của bài thể dục nhịp điệu; biết cách luyện tập.
2. Nội dung: Các động tác đặt gót, bước đuổi, đẩy hông, bật nhảy của bài thể dục nhịp điệu.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Hướng dẫn cách rèn luyện sức khỏe bằng tầm nắn (SGK GDTC 9 tr.6).	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết lựa chọn và rèn luyện sức khỏe bằng tầm nắn.
– Giới thiệu mục đích, tác dụng của các động tác đặt gót, bước đuổi, đẩy hông, bật nhảy của bài thể dục nhịp điệu.	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết được mục đích, tác dụng của các động tác đặt gót, bước đuổi, đẩy hông, bật nhảy của bài thể dục nhịp điệu.
– Sử dụng hình ảnh trực quan hoặc video (nếu có), phân tích thị phạm động tác mẫu các động tác đặt gót, bước đuổi, đẩy hông, bật nhảy của bài thể dục nhịp điệu; cách luyện tập.	– Quan sát, ghi nhớ cấu trúc, trình tự các động tác đặt gót, bước đuổi, đẩy hông, bật nhảy của bài thể dục nhịp điệu.	– HS hình thành biểu tượng đúng về các động tác đặt gót, bước đuổi, đẩy hông, bật nhảy của bài thể dục nhịp điệu.

– Cho HS đồng loạt luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV về các động tác đặt gót, bước đuối, đẩy hông, bật nhảy của bài thể dục nhịp điệu.	– Luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV.	– HS bước đầu thực hiện các động tác đặt gót, bước đuối, đẩy hông, bật nhảy của bài thể dục nhịp điệu và biết phương pháp luyện tập.
– Chỉ dẫn các sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.	– Chú ý lắng nghe, tự sửa chữa.	– HS nhận biết được những sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.

HOẠT ĐỘNG LUYỆN TẬP

1. Mục tiêu: Thực hành luyện tập các động tác đặt gót, bước đuối, đẩy hông, bật nhảy của bài thể dục nhịp điệu.
2. Nội dung: Luyện tập các động tác đặt gót, bước đuối, đẩy hông, bật nhảy của bài thể dục nhịp điệu.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Phổ biến nội dung, yêu cầu và hướng dẫn trình tự luyện tập.	– Chú ý lắng nghe và quan sát.	– HS biết được nội dung, yêu cầu và trình tự luyện tập.
– Tổ chức các hình thức luyện tập. – Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn hoạt động luyện tập của HS.	a) Luyện tập cá nhân Tự hô khẩu lệnh và thực hiện các bài tập sau: – Tập từng động tác kết hợp đếm nhịp to, rõ, mỗi động tác thực hiện 2 lần 8 nhịp từ chậm đến nhanh. – Phối hợp 2 – 4 động tác trong mỗi lần thực hiện: Luyện tập đúng thứ tự các động tác và tăng dần tính nhịp điệu, mỗi nội dung phối hợp thực hiện 2 – 3 lần. – Phối hợp các động tác của Bài 1 và Bài 2 từ chậm đến nhanh, thực hiện 2 – 3 lần. b) Luyện tập cặp đôi – Luân phiên đếm nhịp (từ chậm đến nhanh) giúp bạn luyện tập từng động tác và phối hợp 2 – 4 động tác, yêu cầu đúng tư thế, đúng hướng, đảm bảo tính liên tục, thực hiện 2 – 3 lần. – Phối hợp các động tác của Bài 1 và Bài 2 từ chậm đến nhanh, thực hiện 2 – 3 lần	– HS thực hiện được đúng số lần.

– Hướng dẫn HS phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.		– HS tự phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.
---	--	--

HOẠT ĐỘNG VẬN DỤNG

1. Mục tiêu: HS vận dụng được nội dung bài học vào thực tiễn học tập hoặc cuộc sống.
2. Nội dung: Vận dụng các động tác đặt gót, bước đuối, đẩy hông, bật nhảy của bài thể dục nhịp điệu để rèn luyện khả năng khéo léo.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Hướng dẫn HS vận dụng trong quá trình luyện tập: 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; tăng khả năng hô đúng nhịp; hạn chế khả năng quan sát lẫn nhau của HS; thay đổi hướng của đội hình luyện tập; hạn chế các vật chuẩn	– Vận dụng các động tác đặt gót, bước đuối, đẩy hông, bật nhảy của bài thể dục nhịp điệu để rèn luyện khả năng khéo léo trong quá trình luyện tập.	– HS biết vận dụng các động tác đặt gót, bước đuối, đẩy hông, bật nhảy của bài thể dục nhịp điệu để rèn luyện khả năng khéo léo để rèn luyện khả năng khéo léo trong quá trình luyện tập.
– Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng: “Trong luyện tập Bài thể dục nhịp điệu, người tập cần làm gì để đảm bảo tính nhịp điệu của bài tập?”	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi vận dụng.	– Đáp án câu hỏi vận dụng: Thực hiện đúng nhịp hô hoặc nhạc; thuộc bài; phối hợp tay, chân, thân mình đúng nhịp, đúng hướng, đúng tốc độ...
– Giao nhiệm vụ cho HS luyện tập vào thời gian rèn luyện thể dục hằng ngày, có sản phẩm bằng hình ảnh hoặc video.	– Cá nhân chủ động thực hiện nhiệm vụ GV giao, có báo cáo (kèm theo minh chứng) hoặc trình diễn kết quả.	– Video tự luyện tập các động tác đặt gót, bước đuối, đẩy hông, bật nhảy của bài thể dục nhịp điệu để rèn luyện khả năng khéo léo khi rèn luyện thể dục hằng ngày.

HOẠT ĐỘNG KẾT THÚC

1. Mục tiêu: Đưa cơ thể HS trở về trạng thái ban đầu sau giờ học.
2. Nội dung: Hồi phục sau luyện tập; nhận xét, đánh giá kết quả học tập của HS.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Hướng dẫn HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Tự tổ chức thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Cơ thể HS được thả lỏng.
– Nhận xét về thái độ, đánh giá kết quả học tập và vận dụng của HS.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét.	– HS biết được kết quả học tập và vận dụng của bản thân.
– Hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét và hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới. Có thể đề xuất ý kiến với GV.	– HS biết nội dung cần chuẩn bị cho bài học tiếp theo.

TIẾT 3, 4. BÀI THỂ DỤC NHỊP ĐIỆU (PHẦN 2)

I. MỤC TIÊU

1. Kiến thức

Hiểu được cấu trúc và cách luyện tập Bài thể dục nhịp điệu.

2. Năng lực

- Thực hiện được và hô đúng nhịp bài thể dục nhịp điệu.
- Có sự phát triển về năng lực liên kết vận động, năng lực định hướng và năng lực nhịp điệu.

3. Phẩm chất

Chủ động, tích cực luyện tập Bài thể dục nhịp điệu để rèn luyện sức khỏe.

II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU

- Sân tập TDTT hoặc nhà tập thể chất.
- Dụng cụ, trang thiết bị: Còi, bộ tranh ảnh, dụng cụ phục vụ dạy học và luyện tập.
- SGK *Giáo dục thể chất 9* (Bộ sách *Kết nối tri thức với cuộc sống*).

III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC

HOẠT ĐỘNG MỞ ĐẦU

1. Mục tiêu: Cơ thể HS đạt trạng thái sẵn sàng thực hiện các bài tập vận động.
2. Nội dung: Khởi động tư duy, chuẩn bị tâm thế và khởi động cơ thể.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Nhận lớp, kiểm tra sĩ số, tình hình sức khỏe học sinh.	– Chỉ huy tập trung lớp, đóng hàng và báo cáo sĩ số.	– HS xếp thành 3 hoặc 4 hàng ngang.
– Phổ biến mục tiêu, nội dung, nhiệm vụ học tập.	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết được nội dung bài học.
– Đặt câu hỏi để thu hút, kích lệ sự tập trung chú ý và khai thác vốn hiểu biết của HS đối với nội dung tiết học: “Thi đấu Thể dục nhịp điệu gồm những nội dung gì?”	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi của GV.	– HS hình thành được mối liên hệ với nội dung bài học. Đáp án: Nội dung cá nhân – thi đấu đơn; nội dung hỗn hợp – thi đấu nhóm hai người, nhóm ba người, sáu người.
– Khởi động chung: Chạy chậm theo địa hình tự nhiên, xoay các khớp, ép dọc, ép ngang	– Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng ngang).	– HS thực hiện đủ số lần theo nhịp hô của chỉ huy.
– Trò chơi hỗ trợ khởi động: “Khoác tay nhảy lò cò” (SGK GDTC 9 tr.46,47).	– Hoạt động cả lớp (đứng theo đội hình trò chơi quy định).	– HS được vận động và vui vẻ khi thực hiện trò chơi.

HOẠT ĐỘNG HÌNH THÀNH KIẾN THỨC MỚI

1. Mục tiêu: HS hiểu về kiến thức, kỹ năng thực hiện các động tác của bài thể dục nhịp điệu; biết cách luyện tập.
2. Nội dung: Các động tác của bài thể dục nhịp điệu.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Sử dụng hình ảnh trực quan hoặc video (nếu có), phân tích thị phạm động tác của bài thể dục nhịp điệu; cách luyện tập.	– Quan sát, ghi nhớ cấu trúc, trình tự các động tác của bài thể dục nhịp điệu.	– HS hình thành biểu tượng đúng về các động tác của bài thể dục nhịp điệu.

– Cho HS đồng loạt luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV về các động tác của bài thể dục nhịp điệu.	– Luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV.	– HS bước đầu thực hiện các động của bài thể dục nhịp điệu và biết phương pháp luyện tập.
– Chỉ dẫn các sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.	– Chú ý lắng nghe, tự sửa chữa.	– HS nhận biết được những sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.

HOẠT ĐỘNG LUYỆN TẬP

1. Mục tiêu: Thực hành luyện tập các động tác của bài thể dục nhịp điệu.
2. Nội dung: Luyện tập các động tác của bài thể dục nhịp điệu.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Phổ biến nội dung, yêu cầu và hướng dẫn trình tự luyện tập.	– Chú ý lắng nghe và quan sát.	– HS biết được nội dung, yêu cầu và trình tự luyện tập.
– Tổ chức các hình thức luyện tập. – Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn hoạt động luyện tập của HS.	Luyện tập nhóm Luân phiên chỉ huy nhóm luyện tập: – Phối hợp 2 – 4 động tác từ chậm đến nhanh, đảm bảo tính liên tục, nhịp điệu, thực hiện 2 – 3 lần. – Phối hợp các động tác của Bài 1 và Bài 2 đảm bảo tính liên tục, thực hiện 2 – 3 lần. – Luyện tập Bài thể dục nhịp điệu kết hợp với âm nhạc, thực hiện 2 – 3 lần.	– HS thực hiện được đúng số lần

HOẠT ĐỘNG VẬN DỤNG

1. Mục tiêu: HS vận dụng được nội dung bài học vào thực tiễn học tập hoặc cuộc sống.
2. Nội dung: Vận dụng các động tác của bài thể dục nhịp điệu để rèn luyện khả năng khéo léo.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Hướng dẫn HS vận dụng trong quá trình luyện tập: 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;	– Vận dụng các động tác của bài thể dục nhịp điệu để rèn luyện khả năng khéo léo trong quá trình luyện tập.	– HS biết vận dụng các động tác của bài thể dục nhịp điệu để rèn luyện khả năng khéo léo để rèn luyện khả năng khéo léo trong quá trình luyện tập.

tăng khả năng hô đúng nhịp; hạn chế khả năng quan sát lẫn nhau của HS; thay đổi hướng của đội hình luyện tập; hạn chế các vật chuẩn		
– Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng: “Có thể coi thể dục nhịp điệu là một loại hình vận động (thay thế cho các môn thể thao khác) để thường xuyên rèn luyện thân thể được không?”	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi vận dụng.	– Đáp án câu hỏi vận dụng: Được.
– Giao nhiệm vụ cho HS luyện tập vào thời gian rèn luyện thể dục hằng ngày, có sản phẩm bằng hình ảnh hoặc video.	– Cá nhân chủ động thực hiện nhiệm vụ GV giao, có báo cáo (kèm theo minh chứng) hoặc trình diễn kết quả.	– Video tự luyện tập các động tác của bài thể dục nhịp điệu để rèn luyện khả năng khéo léo khi rèn luyện thể dục hằng ngày.

HOẠT ĐỘNG KẾT THÚC

1. Mục tiêu: Đưa cơ thể HS trở về trạng thái ban đầu sau giờ học.
2. Nội dung: Hồi phục sau luyện tập; nhận xét, đánh giá kết quả học tập của HS.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Hướng dẫn HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Tự tổ chức thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Cơ thể HS được thả lỏng.
– Nhận xét về thái độ, đánh giá kết quả học tập và vận dụng của HS.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét.	– HS biết được kết quả học tập và vận dụng của bản thân.
– Hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét và hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới. Có thể đề xuất ý kiến với GV.	– HS biết nội dung cần chuẩn bị cho bài học tiếp theo.

TIẾT KIỂM TRA – ĐÁNH GIÁ NỘI DUNG CHỦ ĐỀ BÀI TẬP THỂ DỤC

I. MỤC TIÊU

- Kiểm tra Phần Một: Vận động cơ bản – Chủ đề 4: Bài tập thể dục (Bài thể dục nhịp điệu).
- Vận dụng được kiến thức đã học để làm bài kiểm tra – đánh giá.

II. THIẾT BỊ KIỂM TRA – ĐÁNH GIÁ VÀ HỌC LIỆU

- Sân điền kinh hoặc nhà tập thể chất.
- Dụng cụ, trang thiết bị: Còi, phấn viết.

III. TỔ CHỨC CÁC HOẠT ĐỘNG KIỂM TRA – ĐÁNH GIÁ

<i>Nội dung kiểm tra</i>	<i>Tổ chức kiểm tra</i>	<i>Tiêu chí đánh giá</i>
Bài tập thể dục (Bài thể dục nhịp điệu). – Thực hiện: 03 động tác bất kì Bài thể dục nhịp điệu. – Yêu cầu: HS bốc thăm thực hiện 03 động tác bất kì.	 (Đội hình kiểm tra Bài thể dục nhịp điệu)	– Đúng kỹ thuật. – Thực hiện đúng luật thể dục. – Thuộc động tác. – Tính nhịp điệu, tính liên tục

Thang đánh giá

GV căn cứ vào: Kiến thức + Năng lực + Thái độ và sự tiến bộ của HS để xây dựng thang đánh giá cho phù hợp.

THỂ THAO TỰ CHỌN

CHỦ ĐỀ 1. CẦU LÔNG

BÀI 1. KỸ THUẬT BẬT NHẢY ĐÁNH CẦU CAO TAY BÊN PHẢI (8 TIẾT)

TIẾT 1, 2, 3. KỸ THUẬT BẬT NHẢY ĐÁNH CẦU CAO TAY BÊN PHẢI

I. MỤC TIÊU

1. Kiến thức

Nhận biết được nội dung, yêu cầu kỹ thuật bật nhảy đánh cầu cao tay bên phải, biết cách luyện tập.

2. Năng lực

- Thực hiện được kỹ thuật bật nhảy đánh cầu cao tay bên phải; biết cách luyện tập và tổ chức luyện tập.
- Phán đoán, xử lý một số tình huống linh hoạt, phối hợp được với đồng đội trong luyện tập và thi đấu môn Cầu lông.

3. Phẩm chất

Tích cực, chủ động hợp tác với các bạn trong luyện tập.

II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU

- Sân tập TDTT hoặc nhà tập thể chất.
- Dụng cụ, trang thiết bị: Còi, bộ tranh ảnh, dụng cụ phục vụ dạy học và luyện tập cầu lông.
- SGK *Giáo dục thể chất 9* (Bộ sách *Kết nối tri thức với cuộc sống*).

III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC

HOẠT ĐỘNG MỞ ĐẦU

1. Mục tiêu: Giúp HS có nhận biết bước đầu về cấu trúc kỹ thuật bật nhảy đánh cầu cao tay bên phải, biết cách luyện tập; cơ thể HS đạt trạng thái sẵn sàng thực hiện các bài tập vận động.
2. Nội dung: Khởi động tư duy, chuẩn bị tâm thế và khởi động cơ thể.

3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

GV tổ chức hoạt động	Hoạt động của HS	Kết quả/sản phẩm học tập
– Nhận lớp, kiểm tra sĩ số, tình hình sức khỏe học sinh.	– Chỉ huy tập trung lớp, dóng hàng và báo cáo sĩ số.	– HS xếp thành 3 hoặc 4 hàng ngang.
– Phổ biến mục tiêu, nội dung, nhiệm vụ học tập.	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết được nội dung bài học.
– Đặt câu hỏi để thu hút, kích lệ sự tập trung chú ý và khai thác vốn hiểu biết của HS đối với nội dung tiết học: “Để tăng hiệu quả đánh cầu cao xa thì người tập phải làm gì?”	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi của GV.	– HS hình thành được mối liên hệ với nội dung bài học. Đáp án: Tiếp xúc cầu sớm bằng cách kết hợp với bật nhảy đánh cầu cao tay.
– Khởi động chung: Chạy chậm theo vòng tròn, xoay các khớp.	– Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng ngang).	– HS thực hiện đủ số lần theo nhịp hô của chỉ huy.
– Khởi động chuyên môn: + Cầm vợt xoay cổ tay hình số 8 nằm ngang; đưa vợt sang phải, sang trái, lên cao kết hợp lắc cổ tay. + Đứng tại chỗ đánh cầu cao tay bên phải liên tục (không cầu).	– Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng dọc).	– HS thực hiện đủ 15 lần mỗi bên.

HOẠT ĐỘNG HÌNH THÀNH KIẾN THỨC MỚI

1. Mục tiêu: Hình thành ở HS kiến thức, kĩ năng thực hiện kĩ thuật bật nhảy đánh cầu cao tay bên phải, biết cách luyện tập.
2. Nội dung: Kĩ thuật bật nhảy đánh cầu cao tay bên phải.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

GV tổ chức hoạt động	Hoạt động của HS	Kết quả/sản phẩm học tập
– Giới thiệu mục đích, tác dụng của kĩ thuật bật nhảy đánh cầu cao tay bên phải.	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết được mục đích, tác dụng của kĩ thuật bật nhảy đánh cầu cao tay bên phải.
– Sử dụng hình ảnh trực quan hoặc video (nếu có), phân tích thị phạm động tác mẫu kĩ thuật bật nhảy đánh cầu cao tay bên phải; cách luyện tập.	– Quan sát, ghi nhớ cấu trúc, trình tự kĩ thuật bật nhảy đánh cầu cao tay bên phải.	– HS hình thành biểu tượng đúng về kĩ thuật bật nhảy đánh cầu cao tay bên phải.

– Cho HS đồng loạt luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV về kĩ thuật bật nhảy đánh cầu cao tay bên phải.	– Luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV.	– HS bước đầu thực hiện kĩ thuật bật nhảy đánh cầu cao tay bên phải và biết phương pháp luyện tập.
– Chỉ dẫn các sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.	– Chú ý lắng nghe, tự sửa chữa.	– HS nhận biết được những sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.

HOẠT ĐỘNG LUYỆN TẬP

1. Mục tiêu: Thực hành luyện tập kĩ thuật bật nhảy đánh cầu cao tay bên phải.
2. Nội dung: Luyện tập kĩ thuật bật nhảy đánh cầu cao tay bên phải.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Phổ biến nội dung, yêu cầu và hướng dẫn trình tự luyện tập.	– Chú ý lắng nghe và quan sát.	– HS biết được nội dung, yêu cầu và trình tự luyện tập.
– Tổ chức các hình thức luyện tập. – Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn hoạt động luyện tập của HS.	a) Luyện tập cá nhân HS tự hô khẩu lệnh: – Tập không cầu: Tại chỗ mô phỏng kĩ thuật bật nhảy đánh cầu cao tay bên phải, thực hiện 5 – 7 lần. – Tập với cầu: Tại chỗ bật nhảy đánh cầu cao tay bên phải với quả cầu treo, thực hiện 5 – 7 lần. b) Luyện tập cặp đôi Luân phiên giúp bạn luyện tập: – Đánh cầu do bạn tung đến: Tại chỗ bật nhảy đánh cầu cao tay bên phải, mỗi bạn thực hiện 5 – 7 lần. – Đánh cầu do bạn phát đến: Tại chỗ bật nhảy đánh cầu cao tay bên phải, mỗi bạn thực hiện 5 – 7 lần.	– HS thực hiện được đúng số lần và cự li.

HOẠT ĐỘNG VẬN DỤNG

1. Mục tiêu: HS vận dụng được nội dung bài học vào thực tiễn học tập hoặc cuộc sống.
2. Nội dung: Vận dụng bài tập kĩ thuật bật nhảy đánh cầu cao tay bên phải để rèn luyện sức mạnh.

3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Hướng dẫn HS vận dụng trong quá trình luyện tập: Tổ chức luyện tập theo hướng tăng dần yêu cầu: Hướng và tốc độ di chuyển của tay cầm vợt khi bật nhảy đánh cầu cao tay bên phải; phối hợp lực toàn thân khi bật nhảy đánh cầu cao tay bên phải; thời điểm tiếp xúc giữa mặt vợt với cầu, hướng mặt vợt khi đánh cầu cao tay bên phải; đường cầu bay đúng hướng và có lực.	– Vận dụng bài tập kỹ thuật bật nhảy đánh cầu cao tay bên phải.	– HS biết vận dụng: Bài tập kỹ thuật bật nhảy đánh cầu cao tay bên phải để rèn luyện sức mạnh trong quá trình luyện tập.
– Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng: “Kỹ thuật bật nhảy đánh cầu cao tay bên phải cần thực hiện đúng những yêu cầu nào?”	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi vận dụng.	Đáp án câu hỏi vận dụng: Lực bật nhảy, tốc độ vợt tiếp xúc cầu, hướng mặt vợt để cầu bay đúng hướng và có lực.
– Giao nhiệm vụ cho HS luyện tập vào thời gian rèn luyện thể dục hằng ngày, có sản phẩm bằng hình ảnh hoặc video.	– Cá nhân chủ động thực hiện nhiệm vụ GV giao, có báo cáo (kèm theo minh chứng) hoặc trình diễn kết quả.	– Video tự luyện tập bài tập kỹ thuật bật nhảy đánh cầu cao tay bên phải để rèn luyện sức mạnh khi rèn luyện thể dục hằng ngày.

HOẠT ĐỘNG KẾT THÚC

1. Mục tiêu: Đưa cơ thể HS trở về trạng thái ban đầu sau giờ học.
2. Nội dung: Hồi phục sau luyện tập; nhận xét, đánh giá kết quả học tập của HS.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Hướng dẫn HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Tự tổ chức thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Cơ thể HS được thả lỏng.
– Nhận xét về thái độ, đánh giá kết quả học tập và vận dụng của HS.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét.	– HS biết được kết quả học tập và vận dụng của bản thân.
– Hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét và hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới. Có thể đề xuất ý kiến với GV.	– HS biết nội dung cần chuẩn bị cho bài học tiếp theo.

TIẾT 4, 5, 6. LUYỆN TẬP KỸ THUẬT BẬT NHẢY ĐÁNH CẦU CAO TAY BÊN PHẢI

I. MỤC TIÊU

1. Kiến thức

Hiểu được cấu trúc và cách luyện tập kỹ thuật bật nhảy đánh cầu cao tay bên phải.

2. Năng lực

- Thực hiện được kỹ thuật bật nhảy đánh cầu cao tay bên phải; biết cách luyện tập và tổ chức luyện tập.
- Phán đoán, xử lý một số tình huống linh hoạt, phối hợp được với đồng đội trong luyện tập và thi đấu môn Cầu lông.

3. Phẩm chất

Tích cực, chủ động hợp tác với các bạn trong luyện tập.

II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU

- Sân tập TDTT hoặc nhà tập thể chất.
- Dụng cụ, trang thiết bị: Còi, bộ tranh ảnh, dụng cụ phục vụ dạy học và luyện tập cầu lông.
- SGK *Giáo dục thể chất 9* (Bộ sách *Kết nối tri thức với cuộc sống*).

III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC

HOẠT ĐỘNG MỞ ĐẦU

1. Mục tiêu: Cơ thể HS đạt trạng thái sẵn sàng thực hiện các bài tập vận động.
1. Nội dung: Khởi động tư duy, chuẩn bị tâm thế và khởi động cơ thể.
1. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Nhận lớp, kiểm tra sĩ số, tình hình sức khỏe học sinh.	– Chỉ huy tập trung lớp, đóng hàng và báo cáo sĩ số.	– HS xếp thành 3 hoặc 4 hàng ngang.
– Phổ biến mục tiêu, nội dung, nhiệm vụ học tập.	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết được nội dung bài học.

– Đặt câu hỏi để thu hút, khích lệ sự tập trung chú ý và khai thác vốn hiểu biết của HS đối với nội dung tiết học: “Mục đích của phối hợp bật nhảy đánh cầu cao tay là gì?”	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi của GV.	– HS hình thành được mối liên hệ với nội dung bài học. Đáp án: Tăng khả năng tiếp xúc cầu sớm, tăng lực đánh, tăng khả năng điều chỉnh hướng đánh cầu; giai đoạn bật nhảy trên cao làm cho đối phương khó phán đoán được đường cầu khi đánh sang.
– Khởi động chung: Chạy chậm theo vòng tròn, xoay các khớp.	– Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng ngang).	– HS thực hiện đủ số lần theo nhịp hô của chỉ huy.
– Trò chơi hỗ trợ khởi động: “Di chuyển ngang” (SGK GDTC 9 tr. 52,53).	– Hoạt động cả lớp (đứng theo đội hình trò chơi quy định).	– HS được vận động và vui vẻ khi thực hiện trò chơi.

HOẠT ĐỘNG HÌNH THÀNH KIẾN THỨC MỚI

1. Mục tiêu: HS hiểu về kiến thức, kĩ năng thực hiện kĩ thuật bật nhảy đánh cầu cao tay bên phải, biết cách luyện tập.
2. Nội dung: Kĩ thuật bật nhảy đánh cầu cao tay bên phải.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Sử dụng hình ảnh trực quan hoặc video (nếu có), phân tích thị phạm động tác mẫu kĩ thuật bật nhảy đánh cầu cao tay bên phải; cách luyện tập.	– Quan sát, ghi nhớ cấu trúc, trình tự kĩ thuật bật nhảy đánh cầu cao tay bên phải.	– HS hình thành biểu tượng đúng về kĩ thuật bật nhảy đánh cầu cao tay bên phải.
– Cho HS đồng loạt luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV về kĩ thuật bật nhảy đánh cầu cao tay bên phải.	– Luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV.	– HS bước đầu thực hiện kĩ thuật bật nhảy đánh cầu cao tay bên phải và biết phương pháp luyện tập.
– Chỉ dẫn các sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.	– Chú ý lắng nghe, tự sửa chữa.	– HS nhận biết được những sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.

HOẠT ĐỘNG LUYỆN TẬP

1. Mục tiêu: Thực hành luyện tập kĩ thuật bật nhảy đánh cầu cao tay bên phải.

2. Nội dung: Luyện tập kĩ thuật bật nhảy đánh cầu cao tay bên phải.

3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Phổ biến nội dung, yêu cầu và hướng dẫn trình tự luyện tập.	– Chú ý lắng nghe và quan sát.	– HS biết được nội dung, yêu cầu và trình tự luyện tập.
– Tổ chức các hình thức luyện tập. – Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn hoạt động luyện tập của HS.	a) Luyện tập cặp đôi Luân phiên giúp bạn luyện tập: – Đánh cầu do bạn tung đến: Tại chỗ bật nhảy đánh cầu cao tay bên phải, mỗi bạn thực hiện 5 – 7 lần. – Đánh cầu do bạn phát đến: Tại chỗ bật nhảy đánh cầu cao tay bên phải, mỗi bạn thực hiện 5 – 7 lần. b) Luyện tập nhóm Luân phiên chỉ huy nhóm luyện tập: – Kĩ thuật bật nhảy đánh cầu cao tay bên phải: Lần lượt từng bạn bật nhảy đánh cầu cao tay bên phải từ đường cầu do bạn tung đến, mỗi bạn thực hiện 5 – 7 lần.	– HS thực hiện được đúng số lần và cự li.
– Hướng dẫn HS phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.		– HS tự phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.
– Trò chơi phát triển sức nhanh: “ <i>Thi bật nhảy đánh cầu vào ô</i> ” (SGK GDTC 9 tr.55, 56).	– Hoạt động cả lớp (đứng theo đội hình trò chơi quy định).	– HS phát triển sức mạnh và vui vẻ khi thực hiện trò chơi.

HOẠT ĐỘNG VẬN DỤNG

1. Mục tiêu: HS vận dụng được nội dung bài học vào thực tiễn học tập hoặc cuộc sống.

2. Nội dung: Vận dụng bài tập kĩ thuật bật nhảy đánh cầu cao tay bên phải để rèn luyện sức mạnh.

3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Hướng dẫn HS vận dụng trong quá trình luyện tập: Tổ chức luyện tập theo hướng tăng dần yêu cầu: Hướng và tốc độ di chuyển của tay cầm	– Vận dụng bài tập kĩ thuật bật nhảy đánh cầu cao tay bên phải.	– HS biết vận dụng: Bài tập kĩ thuật bật nhảy đánh cầu cao tay bên phải để rèn luyện sức mạnh trong quá trình luyện tập.

vợt khi bật nhảy đánh cầu cao tay bên phải; phối hợp lực toàn thân khi bật nhảy đánh cầu cao tay bên phải; thời điểm tiếp xúc giữa mặt vợt với cầu, hướng mặt vợt khi đánh cầu cao tay bên phải; đường cầu bay đúng hướng và có lực.		
– Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng: <i>“Em hãy so sánh kĩ thuật tại chỗ đánh cầu cao tay bên phải với kĩ thuật bật nhảy đánh cầu cao tay bên phải.”</i>	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi vận dụng.	Đáp án câu hỏi vận dụng: Kĩ thuật bật nhảy đánh cầu cao tay bên phải có ưu điểm hơn vì bật nhảy làm cho thời điểm tiếp xúc cầu sớm hơn, lực đánh cầu tốt hơn, hiệu quả cao hơn.
– Giao nhiệm vụ cho HS luyện tập vào thời gian rèn luyện thể dục hằng ngày, có sản phẩm bằng hình ảnh hoặc video.	– Cá nhân chủ động thực hiện nhiệm vụ GV giao, có báo cáo (kèm theo minh chứng) hoặc trình diễn kết quả.	– Video tự luyện tập bài tập kĩ thuật bật nhảy đánh cầu cao tay bên phải để rèn luyện sức mạnh khi rèn luyện thể dục hằng ngày.

HOẠT ĐỘNG KẾT THÚC

1. Mục tiêu: Đưa cơ thể HS trở về trạng thái ban đầu sau giờ học.
2. Nội dung: Hồi phục sau luyện tập; nhận xét, đánh giá kết quả học tập của HS.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

GV tổ chức hoạt động	Hoạt động của HS	Kết quả/sản phẩm học tập
– Hướng dẫn HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Tự tổ chức thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Cơ thể HS được thả lỏng.
– Nhận xét về thái độ, đánh giá kết quả học tập và vận dụng của HS.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét.	– HS biết được kết quả học tập và vận dụng của bản thân.
– Hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét và hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới. Có thể đề xuất ý kiến với GV.	– HS biết nội dung cần chuẩn bị cho bài học tiếp theo.

TIẾT 7, 8. PHỐI HỢP KỸ THUẬT BẬT NHẢY ĐÁNH CẦU CAO TAY BÊN PHẢI

I. MỤC TIÊU

1. Kiến thức

Hiểu được cấu trúc và cách luyện tập phối hợp phát cầu và di chuyển lùi bật nhảy đánh cầu cao tay bên phải..

2. Năng lực

- Phối hợp **được** phát cầu và di chuyển lùi bật nhảy đánh cầu cao tay bên phải; biết cách luyện tập và tổ chức luyện tập.
- Phán đoán, xử lý một số tình huống linh hoạt, phối hợp được với đồng đội trong luyện tập và thi đấu môn Cầu lông.

3. Phẩm chất

Tích cực, chủ động hợp tác với các bạn trong luyện tập.

II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU

- Sân tập TDTT hoặc nhà tập thể chất.
- Dụng cụ, trang thiết bị: Còi, bộ tranh ảnh, dụng cụ phục vụ dạy học và luyện tập cầu lông.
- SGK *Giáo dục thể chất 9* (Bộ sách *Kết nối tri thức với cuộc sống*).

III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC

HOẠT ĐỘNG MỞ ĐẦU

1. Mục tiêu: Cơ thể HS đạt trạng thái sẵn sàng thực hiện các bài tập vận động.
2. Nội dung: Khởi động tư duy, chuẩn bị tâm thế và khởi động cơ thể.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Nhận lớp, kiểm tra sĩ số, tình hình sức khỏe học sinh.	– Chỉ huy tập trung lớp, dóng hàng và báo cáo sĩ số.	– HS xếp thành 3 hoặc 4 hàng ngang.
– Phổ biến mục tiêu, nội dung, nhiệm vụ học tập.	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết được nội dung bài học.
– Khởi động chung: Chạy chậm theo vòng tròn, xoay các khớp.	– Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng ngang).	– HS thực hiện đủ số lần theo nhịp hô của chỉ huy.

– Khởi động chuyên môn: + Cầm vợt xoay cổ tay hình số 8 nằm ngang; đưa vợt sang phải, sang trái, lên cao kết hợp lắc cổ tay. + Đứng tại chỗ đánh cầu cao tay bên phải liên tục (không cầu).	– Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng dọc).	– HS thực hiện đủ 15 lần mỗi bên.
---	--	-----------------------------------

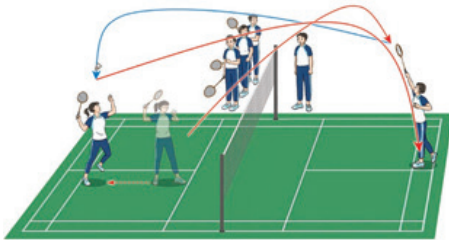
HOẠT ĐỘNG HÌNH THÀNH KIẾN THỨC MỚI

1. Mục tiêu: HS hiểu về kiến thức, kĩ năng thực hiện phối hợp phát cầu và di chuyển lùi bật nhảy đánh cầu cao tay bên phải, biết cách luyện tập.
2. Nội dung: Phối hợp phát cầu và di chuyển lùi bật nhảy đánh cầu cao tay bên phải..
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Sử dụng hình ảnh trực quan hoặc video (nếu có), phân tích thị phạm động tác mẫu phối hợp phát cầu và di chuyển lùi bật nhảy đánh cầu cao tay bên phải; cách luyện tập.	– Quan sát, ghi nhớ cấu trúc, trình tự phối hợp phát cầu và di chuyển lùi bật nhảy đánh cầu cao tay bên phải.	– HS hình thành biểu tượng đúng về phối hợp phát cầu và di chuyển lùi bật nhảy đánh cầu cao tay bên phải.
– Cho HS đồng loạt luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV về phối hợp phát cầu và di chuyển lùi bật nhảy đánh cầu cao tay bên phải.	– Luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV.	– HS bước đầu thực hiện phối hợp phát cầu và di chuyển lùi bật nhảy đánh cầu cao tay bên phải và biết phương pháp luyện tập.
– Chỉ dẫn các sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.	– Chú ý lắng nghe, tự sửa chữa.	– HS nhận biết được những sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.

HOẠT ĐỘNG LUYỆN TẬP

1. Mục tiêu: Thực hành luyện tập phối hợp phát cầu và di chuyển lùi bật nhảy đánh cầu cao tay bên phải.
2. Nội dung: Luyện tập phối hợp phát cầu và di chuyển lùi bật nhảy đánh cầu cao tay bên phải.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

GV tổ chức hoạt động	Hoạt động của HS	Kết quả/sản phẩm học tập
– Phổ biến nội dung, yêu cầu và hướng dẫn trình tự luyện tập.	– Chú ý lắng nghe và quan sát.	– HS biết được nội dung, yêu cầu và trình tự luyện tập.
– Tổ chức các hình thức luyện tập. – Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn hoạt động luyện tập của HS.	Luyện tập nhóm Luân phiên chỉ huy nhóm luyện tập: – Kỹ thuật bật nhảy đánh cầu cao tay bên phải: Lần lượt từng bạn bật nhảy đánh cầu cao tay bên phải từ đường cầu do bạn tung đến, mỗi bạn thực hiện 5 – 7 lần. – Bài tập phối hợp: Lần lượt từng bạn luyện tập phối hợp phát cầu cao xa và di chuyển lùi về cuối sân bật nhảy đánh cầu cao tay bên phải với bạn hỗ trợ luyện tập đỡ phát cầu, mỗi bạn thực hiện 3 – 5 lần. 	– HS thực hiện được đúng số lần và cự li.
– Hướng dẫn HS phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.		– HS tự phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.

HOẠT ĐỘNG VẬN DỤNG

1. Mục tiêu: HS vận dụng được nội dung bài học vào thực tiễn học tập hoặc cuộc sống.
2. Nội dung: Vận dụng bài tập phối hợp phát cầu và di chuyển lùi bật nhảy đánh cầu cao tay bên phải.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

GV tổ chức hoạt động	Hoạt động của HS	Kết quả/sản phẩm học tập
– Hướng dẫn HS vận dụng trong quá trình luyện tập: Tổ chức luyện tập theo hướng tăng dần yêu cầu: Hướng và tốc độ di chuyển của tay cầm vợt khi bật nhảy đánh cầu cao tay bên	– Vận dụng bài tập kỹ thuật bật nhảy đánh cầu cao tay bên phải.	– HS biết vận dụng: Bài tập kỹ thuật bật nhảy đánh cầu cao tay bên phải để rèn luyện sức mạnh trong quá trình luyện tập.

phải; phối hợp lực toàn thân khi bật nhảy đánh cầu cao tay bên phải; thời điểm tiếp xúc giữa mặt vợt với cầu, hướng mặt vợt khi đánh cầu cao tay bên phải; đường cầu bay đúng hướng và có lực.		
– Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng: + Câu 1. Bật nhảy có thể kết hợp được với những kĩ thuật nào? + Câu 2. Bật nhảy đánh cầu cao tay bên phải có thể kết hợp với các bước di chuyển nào?”	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi vận dụng.	Đáp án câu hỏi vận dụng: + Câu 1. Đánh cầu cao tay; đập cầu; ... + Câu 2. Di chuyển lùi thẳng, lùi chéo bên phải, lùi chéo bên trái.
– Giao nhiệm vụ cho HS luyện tập vào thời gian rèn luyện thể dục hằng ngày, có sản phẩm bằng hình ảnh hoặc video.	– Cá nhân chủ động thực hiện nhiệm vụ GV giao, có báo cáo (kèm theo minh chứng) hoặc trình diễn kết quả.	– Video tự luyện tập bài tập phối hợp phát cầu và di chuyển lùi bật nhảy đánh cầu cao tay bên phải để rèn luyện sức mạnh khi rèn luyện thể dục hằng ngày.

HOẠT ĐỘNG KẾT THÚC

1. Mục tiêu: Đưa cơ thể HS trở về trạng thái ban đầu sau giờ học.
2. Nội dung: Hồi phục sau luyện tập; nhận xét, đánh giá kết quả học tập của HS.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

GV tổ chức hoạt động	Hoạt động của HS	Kết quả/sản phẩm học tập
– Hướng dẫn HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Tự tổ chức thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Cơ thể HS được thả lỏng.
– Nhận xét về thái độ, đánh giá kết quả học tập và vận dụng của HS.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét.	– HS biết được kết quả học tập và vận dụng của bản thân.
– Hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét và hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới. Có thể đề xuất ý kiến với GV.	– HS biết nội dung cần chuẩn bị cho bài học tiếp theo.

BÀI 2. KỸ THUẬT BẬT NHẢY ĐẬP CẦU THUẬN TAY (8 TIẾT)

TIẾT 1, 2, 3. KỸ THUẬT BẬT NHẢY ĐẬP CẦU THUẬN TAY

I. MỤC TIÊU

1. Kiến thức

Nhận biết được nội dung, yêu cầu kỹ thuật bật nhảy đập cầu thuận tay, biết cách luyện tập.

2. Năng lực

- Thực hiện được kỹ thuật bật nhảy đập cầu thuận tay; biết cách luyện tập và tổ chức luyện tập.
- Thể hiện được khả năng điều khiển tổ, nhóm luyện tập và nhận xét kết quả luyện tập.

3. Phẩm chất

Có trách nhiệm, hoà đồng với tập thể trong luyện tập cầu lông và các hoạt động khác trong cuộc sống

II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU

- Sân tập TDTT hoặc nhà tập thể chất.
- Dụng cụ, trang thiết bị: Còi, bộ tranh ảnh, dụng cụ phục vụ dạy học và luyện tập cầu lông.
- SGK *Giáo dục thể chất 9* (Bộ sách *Kết nối tri thức với cuộc sống*).

III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC

HOẠT ĐỘNG MỞ ĐẦU

1. Mục tiêu: Giúp HS có nhận biết bước đầu về cấu trúc kỹ thuật bật nhảy đập cầu thuận tay, biết cách luyện tập; cơ thể HS đạt trạng thái sẵn sàng thực hiện các bài tập vận động.
2. Nội dung: Khởi động tư duy, chuẩn bị tâm thế và khởi động cơ thể.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Nhận lớp, kiểm tra sĩ số, tình hình sức khoẻ học sinh.	– Chỉ huy tập trung lớp, đóng hàng và báo cáo sĩ số.	– HS xếp thành 3 hoặc 4 hàng ngang.
– Phổ biến mục tiêu, nội dung, nhiệm vụ học tập.	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết được nội dung bài học.

– Đặt câu hỏi để thu hút, kích lệ sự tập trung chú ý và khai thác vốn hiểu biết của HS đối với nội dung tiết học: “ <i>Sự khác nhau giữa đường cầu bật nhảy đập cầu và tại chỗ đập cầu là gì?</i> ”	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi của GV.	– HS hình thành được mối liên hệ với nội dung bài học. Đáp án: Đường cầu bật nhảy đập cầu có thể thực hiện ngắn hơn đường cầu tại chỗ đập cầu.
– Khởi động chung: Chạy chậm theo vòng tròn, xoay các khớp.	– Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng ngang).	– HS thực hiện đủ số lần theo nhịp hô của chỉ huy.
– Khởi động chuyên môn: + Cầm vợt xoay cổ tay hình số 8 nằm ngang; đưa vợt sang phải, sang trái, lên cao kết hợp lắc cổ tay. + Đứng tại chỗ đập cầu thuận tay liên tục (không cầu).	– Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng dọc).	– HS thực hiện đủ 15 lần mỗi bên.

HOẠT ĐỘNG HÌNH THÀNH KIẾN THỨC MỚI

1. Mục tiêu: Hình thành ở HS kiến thức, kĩ năng thực hiện kĩ thuật bật nhảy đập cầu thuận tay, biết cách luyện tập.
2. Nội dung: Kĩ thuật bật nhảy đập cầu thuận tay.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

GV tổ chức hoạt động	Hoạt động của HS	Kết quả/sản phẩm học tập
– Giới thiệu mục đích, tác dụng của kĩ thuật bật nhảy đập cầu thuận tay.	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết được mục đích, tác dụng của kĩ thuật bật nhảy đập cầu thuận tay.
– Sử dụng hình ảnh trực quan hoặc video (nếu có), phân tích thị phạm động tác mẫu kĩ thuật bật nhảy đập cầu thuận tay; cách luyện tập.	– Quan sát, ghi nhớ cấu trúc, trình tự kĩ thuật bật nhảy đập cầu thuận tay.	– HS hình thành biểu tượng đúng về kĩ thuật bật nhảy đập cầu thuận tay.
– Cho HS đồng loạt luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV về kĩ thuật bật nhảy đập cầu thuận tay.	– Luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV.	– HS bước đầu thực hiện kĩ thuật bật nhảy đập cầu thuận tay và biết phương pháp luyện tập.
– Chỉ dẫn các sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.	– Chú ý lắng nghe, tự sửa chữa.	– HS nhận biết được những sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.

HOẠT ĐỘNG LUYỆN TẬP

1. Mục tiêu: Thực hành luyện tập kĩ thuật bật nhảy đập cầu thuận tay.
2. Nội dung: Luyện tập kĩ thuật bật nhảy đập cầu thuận tay.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Phổ biến nội dung, yêu cầu và hướng dẫn trình tự luyện tập.	– Chú ý lắng nghe và quan sát.	– HS biết được nội dung, yêu cầu và trình tự luyện tập.
– Tổ chức các hình thức luyện tập. – Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn hoạt động luyện tập của HS.	a) Luyện tập cá nhân HS tự hô khẩu lệnh: – Tập không cầu: Tại chỗ mô phỏng kĩ thuật bật nhảy đập cầu thuận tay từ chậm đến nhanh, thực hiện 5 – 7 lần. – Tập với cầu: Tại chỗ bật nhảy đập cầu thuận tay với quả cầu treo từ nhẹ đến mạnh, thực hiện 5 – 7 lần. b) Luyện tập cặp đôi Luân phiên giúp bạn luyện tập: – Đánh cầu do bạn tung đến: Tại chỗ bật nhảy đập cầu thuận tay, mỗi bạn thực hiện 5 – 7 lần. – Đánh cầu do bạn phát đến: Tại chỗ bật nhảy đập cầu thuận tay, mỗi bạn thực hiện 5 – 7 lần.	– HS thực hiện được đúng số lần và cự li.
– Hướng dẫn HS phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.		– HS tự phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.

HOẠT ĐỘNG VẬN DỤNG

1. Mục tiêu: HS vận dụng được nội dung bài học vào thực tiễn học tập hoặc cuộc sống.
2. Nội dung: Vận dụng bài tập kĩ thuật bật nhảy đập cầu thuận tay để rèn luyện sức mạnh.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Hướng dẫn HS vận dụng trong quá trình luyện tập: Tổ chức luyện tập theo hướng tăng dần yêu cầu: Hướng và tốc độ di chuyển	– Vận dụng bài tập kĩ thuật bật nhảy đập cầu thuận tay.	– HS biết vận dụng: Bài tập kĩ thuật bật nhảy đập cầu thuận tay để rèn luyện sức mạnh trong quá trình luyện tập.

của tay cầm vợt khi bật nhảy đập cầu thuận tay; phối hợp lực toàn thân khi bật nhảy đập cầu thuận tay; thời điểm tiếp xúc giữa mặt vợt với cầu, hướng mặt vợt khi đập cầu thuận tay; đường cầu bay đúng hướng và có lực.		
– Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng: “Trong thi đấu cầu lông, kĩ thuật bật nhảy đập cầu thuận tay thường được sử dụng trong những trường hợp nào?”	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi vận dụng.	Đáp án câu hỏi vận dụng: Tấn công đối phương để có điểm trực tiếp hoặc gây khó khăn cho đối phương để có điểm ở những những tình huống tiếp theo.
– Giao nhiệm vụ cho HS luyện tập vào thời gian rèn luyện thể dục hằng ngày, có sản phẩm bằng hình ảnh hoặc video.	– Cá nhân chủ động thực hiện nhiệm vụ GV giao, có báo cáo (kèm theo minh chứng) hoặc trình diễn kết quả.	– Video tự luyện tập bài tập kĩ thuật bật nhảy đập cầu thuận tay để rèn luyện sức mạnh khi rèn luyện thể dục hằng ngày.

HOẠT ĐỘNG KẾT THÚC

1. Mục tiêu: Đưa cơ thể HS trở về trạng thái ban đầu sau giờ học.
2. Nội dung: Hồi phục sau luyện tập; nhận xét, đánh giá kết quả học tập của HS.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

GV tổ chức hoạt động	Hoạt động của HS	Kết quả/sản phẩm học tập
– Hướng dẫn HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Tự tổ chức thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Cơ thể HS được thả lỏng.
– Nhận xét về thái độ, đánh giá kết quả học tập và vận dụng của HS.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét.	– HS biết được kết quả học tập và vận dụng của bản thân.
– Hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét và hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới. Có thể đề xuất ý kiến với GV.	– HS biết nội dung cần chuẩn bị cho bài học tiếp theo.

TIẾT 4, 5, 6. LUYỆN TẬP KỸ THUẬT BẬT NHẢY ĐẬP CẦU THUẬN TAY

I. MỤC TIÊU

1. Kiến thức

Hiểu được cấu trúc và cách luyện tập kỹ thuật bật nhảy đập cầu thuận tay.

2. Năng lực

- Thực hiện được kỹ thuật bật nhảy đập cầu thuận tay; biết cách luyện tập và tổ chức luyện tập.
- Biết một số điều luật cơ bản trong thi đấu cầu lông.
- Thể hiện được khả năng điều khiển tổ, nhóm luyện tập và nhận xét kết quả luyện tập.

3. Phẩm chất

Có trách nhiệm, hoà đồng với tập thể trong luyện tập cầu lông và các hoạt động khác trong cuộc sống

II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU

- Sân tập TDTT hoặc nhà tập thể chất.
- Dụng cụ, trang thiết bị: Còi, bộ tranh ảnh, dụng cụ phục vụ dạy học và luyện tập cầu lông.
- SGK *Giáo dục thể chất 9* (Bộ sách *Kết nối tri thức với cuộc sống*).

III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC

HOẠT ĐỘNG MỞ ĐẦU

1. Mục tiêu: Cơ thể HS đạt trạng thái sẵn sàng thực hiện các bài tập vận động.
2. Nội dung: Khởi động tư duy, chuẩn bị tâm thế và khởi động cơ thể.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Nhận lớp, kiểm tra sĩ số, tình hình sức khoẻ học sinh.	– Chỉ huy tập trung lớp, đóng hàng và báo cáo sĩ số.	– HS xếp thành 3 hoặc 4 hàng ngang.
– Phổ biến mục tiêu, nội dung, nhiệm vụ học tập.	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết được nội dung bài học.

– Đặt câu hỏi để thu hút, khích lệ sự tập trung chú ý và khai thác vốn hiểu biết của HS đối với nội dung tiết học: “Khi bật nhảy đập cầu thuận tay, thời điểm nào vợt tiếp xúc cầu là phù hợp nhất?”	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi của GV.	– HS hình thành được mối liên hệ với nội dung bài học. Đáp án: Thời điểm cơ thể bật lên ở tầm cao nhất.
– Khởi động chung: Chạy chậm theo địa hình tự nhiên, xoay các khớp	– Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng ngang).	– HS thực hiện đủ số lần theo nhịp hô của chỉ huy.
– Trò chơi hỗ trợ khởi động: “Ném cầu trúng đích” (SGK GDTC 9 tr. 57,58).	– Hoạt động cả lớp (đứng theo đội hình trò chơi quy định).	– HS được vận động và vui vẻ khi thực hiện trò chơi.

HOẠT ĐỘNG HÌNH THÀNH KIẾN THỨC MỚI

1. Mục tiêu: HS hiểu về kiến thức, kỹ năng thực hiện kỹ thuật bật nhảy đập cầu thuận tay, biết cách luyện tập.
2. Nội dung: Kỹ thuật bật nhảy đập cầu thuận tay.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Giới thiệu và phân tích một số điều luật cơ bản trong thi đấu cầu lông.	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết được một số điều luật cơ bản trong thi đấu cầu lông.
– Sử dụng hình ảnh trực quan hoặc video (nếu có), phân tích thị phạm động tác mẫu kỹ thuật bật nhảy đập cầu thuận tay; cách luyện tập.	– Quan sát, ghi nhớ cấu trúc, trình tự kỹ thuật bật nhảy đập cầu thuận tay.	– HS hình thành biểu tượng đúng về kỹ thuật bật nhảy đập cầu thuận tay.
– Cho HS đồng loạt luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV về kỹ thuật bật nhảy đập cầu thuận tay.	– Luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV.	– HS bước đầu thực hiện kỹ thuật bật nhảy đập cầu thuận tay và biết phương pháp luyện tập.
– Chỉ dẫn các sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.	– Chú ý lắng nghe, tự sửa chữa.	– HS nhận biết được những sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.
– Giới thiệu một số điều luật cơ bản trong thi đấu cầu lông (SGK GDTC 9 tr.58).	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết được một số điều luật cơ bản trong thi đấu cầu lông.

HOẠT ĐỘNG LUYỆN TẬP

1. Mục tiêu: Thực hành luyện tập kĩ thuật bật nhảy đập cầu thuận tay.
2. Nội dung: Luyện tập kĩ thuật bật nhảy đập cầu thuận tay.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Phổ biến nội dung, yêu cầu và hướng dẫn trình tự luyện tập.	– Chú ý lắng nghe và quan sát.	– HS biết được nội dung, yêu cầu và trình tự luyện tập.
– Tổ chức các hình thức luyện tập. – Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn hoạt động luyện tập của HS.	a) Luyện tập cặp đôi Luân phiên giúp bạn luyện tập: – Đánh cầu do bạn tung đến: Tại chỗ bật nhảy đập cầu thuận tay, mỗi bạn thực hiện 5 – 7 lần. – Đánh cầu do bạn phát đến: Tại chỗ bật nhảy đập cầu thuận tay, mỗi bạn thực hiện 5 – 7 lần. b) Luyện tập nhóm Luân phiên chỉ huy nhóm luyện tập: – Kĩ thuật bật nhảy đập cầu thuận tay: Lần lượt từng bạn bật nhảy đập cầu thuận tay từ đường cầu do bạn tung đến, mỗi bạn thực hiện 5 – 7 lần.	– HS thực hiện được đúng số lần và cự li.

HOẠT ĐỘNG VẬN DỤNG

1. Mục tiêu: HS vận dụng được nội dung bài học vào thực tiễn học tập hoặc cuộc sống.
2. Nội dung: Vận dụng bài tập kĩ thuật bật nhảy đập cầu thuận tay để rèn luyện sức mạnh.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Hướng dẫn HS vận dụng trong quá trình luyện tập: Tổ chức luyện tập theo hướng tăng dần yêu cầu: Hướng và tốc độ di chuyển của tay cầm vợt khi bật nhảy đập cầu thuận tay; phối hợp lực toàn thân khi bật nhảy đập cầu thuận tay; thời điểm tiếp xúc giữa mặt vợt với cầu, hướng mặt vợt khi đập cầu thuận tay; đường cầu bay đúng hướng và có lực.	– Vận dụng bài tập kĩ thuật bật nhảy đập cầu thuận tay.	– HS biết vận dụng: Bài tập kĩ thuật bật nhảy đập cầu thuận tay để rèn luyện sức mạnh trong quá trình luyện tập.

– Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng: “Có thể sử dụng những bài tập thể lực nào nào để phát triển sức bật?”	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi vận dụng.	Đáp án câu hỏi vận dụng: Bật đổi chân với bục thấp; bật nhảy trên cát, nhảy dây,...
– Giao nhiệm vụ cho HS luyện tập vào thời gian rèn luyện thể dục hằng ngày, có sản phẩm bằng hình ảnh hoặc video.	– Cá nhân chủ động thực hiện nhiệm vụ GV giao, có báo cáo (kèm theo minh chứng) hoặc trình diễn kết quả.	– Video tự luyện tập bài tập kỹ thuật bật nhảy đập cầu thuận tay để rèn luyện sức mạnh khi rèn luyện thể dục hằng ngày.

HOẠT ĐỘNG KẾT THÚC

1. Mục tiêu: Đưa cơ thể HS trở về trạng thái ban đầu sau giờ học.
2. Nội dung: Hồi phục sau luyện tập; nhận xét, đánh giá kết quả học tập của HS.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Hướng dẫn HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Tự tổ chức thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Cơ thể HS được thả lỏng.
– Nhận xét về thái độ, đánh giá kết quả học tập và vận dụng của HS.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét.	– HS biết được kết quả học tập và vận dụng của bản thân.
– Hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét và hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới. Có thể đề xuất ý kiến với GV.	– HS biết nội dung cần chuẩn bị cho bài học tiếp theo.

TIẾT 7, 8. PHỐI HỢP KỸ THUẬT BẬT NHẢY ĐẬP CẦU THUẬN TAY

I. MỤC TIÊU

1. Kiến thức

Hiểu được cấu trúc và cách luyện tập phối hợp kỹ thuật bật nhảy đập cầu thuận tay.

2. Năng lực

- Phối hợp được phát cầu và di chuyển lùi bật nhảy đập cầu thuận tay; biết cách luyện tập và tổ chức luyện tập.

- Thể hiện được khả năng điều khiển tổ, nhóm luyện tập và nhận xét kết quả luyện tập.
- Có sự phát triển về sức mạnh, năng lực liên kết vận động và năng lực định hướng.

3. Phẩm chất

Có trách nhiệm, hoà đồng với tập thể trong luyện tập Cầu lông và các hoạt động khác trong cuộc sống.

II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU

- Sân tập TDTT hoặc nhà tập thể chất.
- Dụng cụ, trang thiết bị: Còi, bộ tranh ảnh, dụng cụ phục vụ dạy học và luyện tập cầu lông.
- SGK *Giáo dục thể chất 9* (Bộ sách *Kết nối tri thức với cuộc sống*).

III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC

HOẠT ĐỘNG MỞ ĐẦU

1. Mục tiêu: Cơ thể HS đạt trạng thái sẵn sàng thực hiện các bài tập vận động.
2. Nội dung: Khởi động tư duy, chuẩn bị tâm thế và khởi động cơ thể.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Nhận lớp, kiểm tra sĩ số, tình hình sức khoẻ học sinh.	– Chỉ huy tập trung lớp, đóng hàng và báo cáo sĩ số.	– HS xếp thành 3 hoặc 4 hàng ngang.
– Phổ biến mục tiêu, nội dung, nhiệm vụ học tập.	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết được nội dung bài học.
– Khởi động chung: Chạy chậm theo địa hình tự nhiên, xoay các khớp.	– Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng ngang).	– HS thực hiện đủ số lần theo nhịp hô của chỉ huy.
– Khởi động chuyên môn: + Cầm vợt xoay cổ tay hình số 8 nằm ngang; đưa vợt sang phải, sang trái, lên cao kết hợp lắc cổ tay. + Đứng tại chỗ đập cầu thuận tay liên tục (không cầu).	– Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng dọc).	– HS thực hiện đủ 15 lần mỗi bên.

HOẠT ĐỘNG HÌNH THÀNH KIẾN THỨC MỚI

1. Mục tiêu: HS hiểu về kiến thức, kĩ năng thực hiện phối hợp phát cầu và di chuyển lùi bật nhảy đập cầu thuận tay, biết cách luyện tập.
2. Nội dung: Phối hợp phát cầu và di chuyển lùi bật nhảy đập cầu thuận tay.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Sử dụng hình ảnh trực quan hoặc video (nếu có), phân tích thị phạm động tác mẫu phối hợp phát cầu và di chuyển lùi bật nhảy đập cầu thuận tay; cách luyện tập.	– Quan sát, ghi nhớ cấu trúc, trình tự phối hợp phát cầu và di chuyển lùi bật nhảy đập cầu thuận tay.	– HS hình thành biểu tượng đúng về phối hợp phát cầu và di chuyển lùi bật nhảy đập cầu thuận tay.
– Cho HS đồng loạt luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV về phối hợp phát cầu và di chuyển lùi bật nhảy đập cầu thuận tay.	– Luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV.	– HS bước đầu thực hiện phối hợp phát cầu và di chuyển lùi bật nhảy đập cầu thuận tay và biết phương pháp luyện tập.
– Chỉ dẫn các sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.	– Chú ý lắng nghe, tự sửa chữa.	– HS nhận biết được những sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.

HOẠT ĐỘNG LUYỆN TẬP

1. Mục tiêu: Thực hành luyện tập phối hợp phát cầu và di chuyển lùi bật nhảy đập cầu thuận tay
2. Nội dung: Luyện tập phối hợp phát cầu và di chuyển lùi bật nhảy đập cầu thuận tay.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Phổ biến nội dung, yêu cầu và hướng dẫn trình tự luyện tập.	– Chú ý lắng nghe và quan sát.	– HS biết được nội dung, yêu cầu và trình tự luyện tập.

– Tổ chức các hình thức luyện tập. – Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn hoạt động luyện tập của HS.	Luyện tập nhóm Luân phiên chỉ huy nhóm luyện tập: – Kỹ thuật bật nhảy đập cầu thuận tay: Lần lượt từng bạn bật nhảy đập cầu thuận tay từ đường cầu do bạn tung đến, mỗi bạn thực hiện 5 – 7 lần. – Bài tập phối hợp: Lần lượt từng bạn luyện tập phối hợp phát cầu cao xa và di chuyển lùi về cuối sân bật nhảy đập cầu thuận tay, mỗi bạn thực hiện 5 – 7 lần.	– HS thực hiện được đúng số lần và cự li.
– Hướng dẫn HS phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.		– HS tự phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.
– Trò chơi phát triển sức nhanh: “<i>Thi bật nhảy đập cầu thuận tay</i>” (SGK GDTC 9 tr.59, 60).	– Hoạt động cả lớp (đứng theo đội hình trò chơi quy định).	– HS phát triển sức mạnh và vui vẻ khi thực hiện trò chơi.

HOẠT ĐỘNG VẬN DỤNG

1. Mục tiêu: HS vận dụng được nội dung bài học vào thực tiễn học tập hoặc cuộc sống.
2. Nội dung: Vận dụng bài tập phối hợp phát cầu và di chuyển lùi bật nhảy đập cầu thuận tay.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Hướng dẫn HS vận dụng trong quá trình luyện tập: Tổ chức luyện tập theo hướng tăng dần yêu cầu: Hướng và tốc độ di chuyển của tay cầm vợt khi bật nhảy đập cầu thuận tay; phối hợp lực toàn thân khi bật nhảy đập cầu thuận tay; thời điểm tiếp xúc giữa mặt vợt với cầu, hướng mặt vợt khi đập cầu thuận tay; đường cầu bay đúng hướng và có lực.	– Vận dụng bài tập phối hợp phát cầu và di chuyển lùi bật nhảy đập cầu thuận tay.	– HS biết vận dụng: Bài tập phối hợp phát cầu và di chuyển lùi bật nhảy đập cầu thuận tay để rèn luyện sức mạnh trong quá trình luyện tập.

– Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng: “Để nâng cao lực bật nhảy đập cầu, có thể sử dụng những bài tập nào?”	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi vận dụng.	
	Đáp án câu hỏi vận dụng: Bài tập tại chỗ bật nhảy đập cầu với cầu treo; bật nhảy đập cầu với đường cầu do người hỗ trợ tung hoặc phát cầu đến; phối hợp di chuyển bật nhảy đập cầu,...	
– Giao nhiệm vụ cho HS luyện tập vào thời gian rèn luyện thể dục hằng ngày, có sản phẩm bằng hình ảnh hoặc video.	– Cá nhân chủ động thực hiện nhiệm vụ GV giao, có báo cáo (kèm theo minh chứng) hoặc trình diễn kết quả.	– Video tự luyện tập bài tập phối hợp phát cầu và di chuyển lùi bật nhảy đập cầu thuận tay để rèn luyện sức mạnh khi rèn luyện thể dục hằng ngày.

HOẠT ĐỘNG KẾT THÚC

1. Mục tiêu: Đưa cơ thể HS trở về trạng thái ban đầu sau giờ học.
2. Nội dung: Hồi phục sau luyện tập; nhận xét, đánh giá kết quả học tập của HS.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Hướng dẫn HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Tự tổ chức thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Cơ thể HS được thả lỏng.
– Nhận xét về thái độ, đánh giá kết quả học tập và vận dụng của HS.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét.	– HS biết được kết quả học tập và vận dụng của bản thân.
– Hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét và hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới. Có thể đề xuất ý kiến với GV.	– HS biết nội dung cần chuẩn bị cho bài học tiếp theo.

BÀI 2. KỸ THUẬT BỎ NHỎ (8 TIẾT)

TIẾT 1, 2, 3. KỸ THUẬT BỎ NHỎ THUẬN TAY

I. MỤC TIÊU

1. Kiến thức

Nhận biết được nội dung, yêu cầu kỹ thuật bỏ nhỏ thuận tay, biết cách luyện tập.

2. Năng lực

- Thực hiện được kỹ thuật bỏ nhỏ thuận tay; biết cách luyện tập và tổ chức luyện tập.
- Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và luyện tập.

3. Phẩm chất

Có trách nhiệm, trung thực, đoàn kết, giúp đỡ bạn trong luyện tập và các hoạt động khác trong cuộc sống.

II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU

- Sân tập TDTT hoặc nhà tập thể chất.
- Dụng cụ, trang thiết bị: Còi, bộ tranh ảnh, dụng cụ phục vụ dạy học và luyện tập cầu lông.
- SGK *Giáo dục thể chất 9* (Bộ sách *Kết nối tri thức với cuộc sống*).

III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC

HOẠT ĐỘNG MỞ ĐẦU

- 1.** Mục tiêu: Giúp HS có nhận biết bước đầu về cấu trúc kỹ thuật bỏ nhỏ thuận tay, biết cách luyện tập; cơ thể HS đạt trạng thái sẵn sàng thực hiện các bài tập vận động.
- 2.** Nội dung: Khởi động tư duy, chuẩn bị tâm thế và khởi động cơ thể.
- 3.** Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Nhận lớp, kiểm tra sĩ số, tình hình sức khỏe học sinh.	– Chỉ huy tập trung lớp, đóng hàng và báo cáo sĩ số.	– HS xếp thành 3 hoặc 4 hàng ngang.
– Phổ biến mục tiêu, nội dung, nhiệm vụ học tập.	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết được nội dung bài học.

– Đặt câu hỏi để thu hút, kích lệ sự tập trung chú ý và khai thác vốn hiểu biết của HS đối với nội dung tiết học: “ <i>Khi cầu bay đến gần lưới, có thể sử dụng kỹ thuật nào để đánh cầu sang sân đối phương?</i> ”	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi của GV.	– HS hình thành được mối liên hệ với nội dung bài học. Đáp án: Kỹ thuật bỏ nhỏ; kỹ thuật đánh cầu nhanh trên lưới; kỹ thuật hất cầu cao xa,...
– Khởi động chung: Chạy chậm theo địa hình tự nhiên, xoay các khớp.	– Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng ngang).	– HS thực hiện đủ số lần theo nhịp hô của chỉ huy.
– Khởi động chuyên môn: + Cầm vợt xoay cổ tay hình số 8 nằm ngang; đưa vợt sang phải, sang trái, lên cao kết hợp lắc cổ tay. + Đứng tại chỗ đập cầu thuận tay liên tục (không cầu).	– Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng dọc).	– HS thực hiện đủ 15 lần mỗi bên.

HOẠT ĐỘNG HÌNH THÀNH KIẾN THỨC MỚI

1. Mục tiêu: Hình thành ở HS kiến thức, kỹ năng thực hiện kỹ thuật bỏ nhỏ thuận tay, biết cách luyện tập.
2. Nội dung: Kỹ thuật bỏ nhỏ thuận tay.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

GV tổ chức hoạt động	Hoạt động của HS	Kết quả/sản phẩm học tập
– Giới thiệu mục đích, tác dụng của kỹ thuật bỏ nhỏ thuận tay.	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết được mục đích, tác dụng của kỹ thuật bỏ nhỏ thuận tay.
– Sử dụng hình ảnh trực quan hoặc video (nếu có), phân tích thị phạm động tác mẫu kỹ thuật bỏ nhỏ thuận tay, cách luyện tập.	– Quan sát, ghi nhớ cấu trúc, trình tự kỹ thuật bỏ nhỏ thuận tay.	– HS hình thành biểu tượng đúng về kỹ thuật bỏ nhỏ thuận tay.
– Cho HS đồng loạt luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV về kỹ thuật bỏ nhỏ thuận tay.	– Luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV.	– HS bước đầu thực hiện kỹ thuật bỏ nhỏ thuận tay và biết phương pháp luyện tập.
– Chỉ dẫn các sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.	– Chú ý lắng nghe, tự sửa chữa.	– HS nhận biết được những sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.

HOẠT ĐỘNG LUYỆN TẬP

1. Mục tiêu: Thực hành luyện tập kĩ thuật bỏ nhỏ thuận tay.
2. Nội dung: Luyện tập kĩ thuật bỏ nhỏ thuận tay.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Phổ biến nội dung, yêu cầu và hướng dẫn trình tự luyện tập.	– Chú ý lắng nghe và quan sát.	– HS biết được nội dung, yêu cầu và trình tự luyện tập.
– Tổ chức các hình thức luyện tập. – Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn hoạt động luyện tập của HS.	a) Luyện tập cá nhân HS tự hô khẩu lệnh: – Tập không cầu: Thực hiện mô phỏng kĩ thuật bỏ nhỏ thuận tay từ chậm đến nhanh, thực hiện 5 – 7 lần. – Tập có cầu: Thực hiện kĩ thuật bỏ nhỏ thuận tay với cầu treo, thực hiện 5 – 7 lần. b) Luyện tập cặp đôi Luân phiên giúp bạn luyện tập: – Bỏ nhỏ với đường cầu do bạn tung đến: Luân phiên thực hiện kĩ thuật bỏ nhỏ thuận tay vào khu vực 1,98 m, thực hiện 5 – 7 lần. – Bỏ nhỏ qua lại: Thực hiện kĩ thuật bỏ nhỏ thuận tay qua lại vào khu vực 1,98 m, thực hiện 1 – 2 phút.	– HS thực hiện được đúng số lần và cự li.
– Hướng dẫn HS phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.		– HS tự phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.

HOẠT ĐỘNG VẬN DỤNG

1. Mục tiêu: HS vận dụng được nội dung bài học vào thực tiễn học tập hoặc cuộc sống.
2. Nội dung: Vận dụng bài tập kĩ thuật bỏ nhỏ thuận tay để rèn luyện khả năng phối hợp vận động.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

GV tổ chức hoạt động	Hoạt động của HS	Kết quả/sản phẩm học tập
– Hướng dẫn HS vận dụng trong quá trình luyện tập: Tổ chức luyện tập theo hướng tăng yêu cầu: Về hướng và tốc độ chuyển động của tay cầm vợt, về điểm tiếp xúc giữa mặt vợt với cầu, về đường cầu có hướng và điểm rơi sát lưới bên sân đối diện.	– Vận dụng bài tập kỹ thuật bỏ nhỏ thuận tay.	– HS biết vận dụng: Bài tập kỹ thuật bỏ nhỏ thuận tay để rèn luyện khả năng phối hợp vận động trong quá trình luyện tập.
– Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng: “Lực bỏ nhỏ thuận tay, trái tay như thế nào?”	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi vận dụng.	Đáp án câu hỏi vận dụng: Phụ thuộc vào cảm giác dùng lực, thường là lực nhẹ.
– Giao nhiệm vụ cho HS luyện tập vào thời gian rèn luyện thể dục hằng ngày, có sản phẩm bằng hình ảnh hoặc video.	– Cá nhân chủ động thực hiện nhiệm vụ GV giao, có báo cáo (kèm theo minh chứng) hoặc trình diễn kết quả.	– Video tự luyện tập bài tập kỹ thuật bỏ nhỏ thuận tay để rèn luyện khả năng phối hợp vận động khi rèn luyện thể dục hằng ngày.

HOẠT ĐỘNG KẾT THÚC

1. Mục tiêu: Đưa cơ thể HS trở về trạng thái ban đầu sau giờ học.
2. Nội dung: Hồi phục sau luyện tập; nhận xét, đánh giá kết quả học tập của HS.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

GV tổ chức hoạt động	Hoạt động của HS	Kết quả/sản phẩm học tập
– Hướng dẫn HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Tự tổ chức thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Cơ thể HS được thả lỏng.
– Nhận xét về thái độ, đánh giá kết quả học tập và vận dụng của HS.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét.	– HS biết được kết quả học tập và vận dụng của bản thân.
– Hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét và hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới. Có thể đề xuất ý kiến với GV.	– HS biết nội dung cần chuẩn bị cho bài học tiếp theo.

TIẾT 4, 5, 6. KỸ THUẬT BỎ NHỎ TRÁI TAY

I. MỤC TIÊU

1. Kiến thức

Nhận biết được nội dung, yêu cầu kỹ thuật bỏ nhỏ trái tay, biết cách luyện tập.

2. Năng lực

- Thực hiện được kỹ thuật bỏ nhỏ trái tay; biết cách luyện tập và tổ chức luyện tập.
- Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và luyện tập.

3. Phẩm chất

Có trách nhiệm, trung thực, đoàn kết, giúp đỡ bạn trong luyện tập và các hoạt động khác trong cuộc sống.

II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU

- Sân tập TDTT hoặc nhà tập thể chất.
- Dụng cụ, trang thiết bị: Còi, bộ tranh ảnh, dụng cụ phục vụ dạy học và luyện tập cầu lông.
- SGK *Giáo dục thể chất 9* (Bộ sách *Kết nối tri thức với cuộc sống*).

III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC

HOẠT ĐỘNG MỞ ĐẦU

1. Mục tiêu: Giúp HS có nhận biết bước đầu về cấu trúc kỹ thuật bỏ nhỏ trái tay, biết cách luyện tập; cơ thể HS đạt trạng thái sẵn sàng thực hiện các bài tập vận động.
2. Nội dung: Khởi động tư duy, chuẩn bị tâm thế và khởi động cơ thể.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Nhận lớp, kiểm tra sĩ số, tình hình sức khỏe học sinh.	– Chỉ huy tập trung lớp, đóng hàng và báo cáo sĩ số.	– HS xếp thành 3 hoặc 4 hàng ngang.
– Phổ biến mục tiêu, nội dung, nhiệm vụ học tập.	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết được nội dung bài học.

– Đặt câu hỏi để thu hút, kích lệ sự tập trung chú ý và khai thác vốn hiểu biết của HS đối với nội dung tiết học: “Khi thực hiện kỹ thuật bỏ nhỏ, đường cầu bay sang sân đối phương phải đạt những yêu cầu nào?”	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi của GV.	– HS hình thành được mối liên hệ với nội dung bài học. Đáp án: Gắn lưới, rơi thẳng đứng từ trên cao xuống sân, cầu lắc nhiều vòng để gây khó khăn cho đối phương khi đỡ cầu.
– Khởi động chung: Chạy chậm theo địa hình tự nhiên, xoay các khớp.	– Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng ngang).	– HS thực hiện đủ số lần theo nhịp hô của chỉ huy.
– Trò chơi hỗ trợ khởi động: “Chạy đổi cầu nhanh” (SGK GDTC 9 tr. 61).	– Hoạt động cả lớp (đứng theo đội hình trò chơi quy định).	– HS được vận động và vui vẻ khi thực hiện trò chơi.

HOẠT ĐỘNG HÌNH THÀNH KIẾN THỨC MỚI

1. Mục tiêu: Hình thành ở HS kiến thức, kỹ năng thực hiện kỹ thuật bỏ nhỏ trái tay, biết cách luyện tập.
2. Nội dung: Kỹ thuật bỏ nhỏ trái tay.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Giới thiệu mục đích, tác dụng của kỹ thuật bỏ nhỏ trái tay.	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết được mục đích, tác dụng của kỹ thuật bỏ nhỏ trái tay.
– Sử dụng hình ảnh trực quan hoặc video (nếu có), phân tích thị phạm động tác mẫu kỹ thuật bỏ nhỏ trái tay; cách luyện tập.	– Quan sát, ghi nhớ cấu trúc, trình tự kỹ thuật bỏ nhỏ trái tay.	– HS hình thành biểu tượng đúng về kỹ thuật bỏ nhỏ trái tay.
– Cho HS đồng loạt luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV về kỹ thuật bỏ nhỏ trái tay.	– Luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV.	– HS bước đầu thực hiện kỹ thuật bỏ nhỏ trái tay và biết phương pháp luyện tập.
– Chỉ dẫn các sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.	– Chú ý lắng nghe, tự sửa chữa.	– HS nhận biết được những sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.

HOẠT ĐỘNG LUYỆN TẬP

1. Mục tiêu: Thực hành luyện tập kỹ thuật bỏ nhỏ trái tay.

2. Nội dung: Luyện tập kĩ thuật bỏ nhỏ trái tay.

3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Phổ biến nội dung, yêu cầu và hướng dẫn trình tự luyện tập.	– Chú ý lắng nghe và quan sát.	– HS biết được nội dung, yêu cầu và trình tự luyện tập.
– Tổ chức các hình thức luyện tập. – Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn hoạt động luyện tập của HS.	a) Luyện tập cá nhân HS tự hô khẩu lệnh: – Tập không cầu: Thực hiện mô phỏng kĩ thuật bỏ nhỏ trái tay từ chậm đến nhanh, thực hiện 5 – 7 lần. – Tập có cầu: Thực hiện kĩ thuật bỏ nhỏ trái tay với cầu treo, thực hiện 5 – 7 lần. b) Luyện tập cặp đôi Luân phiên giúp bạn luyện tập: – Bỏ nhỏ với đường cầu do bạn tung đến: Luân phiên thực hiện kĩ thuật bỏ nhỏ trái tay vào khu vực 1,98 m, thực hiện 5 – 7 lần. – Bỏ nhỏ qua lại: Thực hiện kĩ thuật bỏ nhỏ trái tay qua lại vào khu vực 1,98 m, thực hiện 1 – 2 phút.	– HS thực hiện được đúng số lần và cự li.
– Hướng dẫn HS phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.		– HS tự phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.

HOẠT ĐỘNG VẬN DỤNG

1. Mục tiêu: HS vận dụng được nội dung bài học vào thực tiễn học tập hoặc cuộc sống.

2. Nội dung: Vận dụng bài tập kĩ thuật bỏ nhỏ trái tay để rèn luyện khả năng phối hợp vận động.

3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Hướng dẫn HS vận dụng trong quá trình luyện tập: Tổ chức luyện tập theo hướng tăng yêu cầu: Về hướng và tốc độ chuyển động của tay cầm vợt, về điểm tiếp xúc giữa mặt vợt với cầu, về đường cầu có hướng và điểm rơi sát lưới bên sân đối diện.	– Vận dụng bài tập kĩ thuật bỏ nhỏ trái tay.	– HS biết vận dụng: Bài tập kĩ thuật bỏ nhỏ trái tay để rèn luyện khả năng phối hợp vận động trong quá trình luyện tập.

– Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng: “Để tăng độ khó khi bỏ nhỏ thì cần phải làm gì?”	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi vận dụng.	Đáp án câu hỏi vận dụng: Cần tăng lực cắt mạnh giữa mặt vợt với đế cầu để cầu bay sang lộn nhiều vòng gây khó khăn cho đối phương đỡ cầu.
– Giao nhiệm vụ cho HS luyện tập vào thời gian rèn luyện thể dục hằng ngày, có sản phẩm bằng hình ảnh hoặc video.	– Cá nhân chủ động thực hiện nhiệm vụ GV giao, có báo cáo (kèm theo minh chứng) hoặc trình diễn kết quả.	– Video tự luyện tập bài tập kỹ thuật bỏ nhỏ trái tay để rèn luyện khả năng phối hợp vận động khi rèn luyện thể dục hằng ngày.

HOẠT ĐỘNG KẾT THÚC

1. Mục tiêu: Đưa cơ thể HS trở về trạng thái ban đầu sau giờ học.
2. Nội dung: Hồi phục sau luyện tập; nhận xét, đánh giá kết quả học tập của HS.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Hướng dẫn HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Tự tổ chức thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Cơ thể HS được thả lỏng.
– Nhận xét về thái độ, đánh giá kết quả học tập và vận dụng của HS.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét.	– HS biết được kết quả học tập và vận dụng của bản thân.
– Hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét và hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới. Có thể đề xuất ý kiến với GV.	– HS biết nội dung cần chuẩn bị cho bài học tiếp theo.

TIẾT 7, 8. PHỐI HỢP KỸ THUẬT BỎ NHỎ

I. MỤC TIÊU

1. Kiến thức

Hiểu được cấu trúc và cách luyện tập phối hợp kỹ thuật bỏ nhỏ thuận tay và trái tay.

2. Năng lực

- Phối hợp được kỹ thuật bỏ nhỏ thuận tay và trái tay; biết cách luyện tập và tổ chức luyện tập.
- Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và luyện tập.
- Vận dụng được những hiểu biết về môn Cầu lông để luyện tập hằng ngày.

3. Phẩm chất

Có trách nhiệm, trung thực, đoàn kết, giúp đỡ bạn trong luyện tập và các hoạt động khác trong cuộc sống.

II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU

- Sân tập TDTT hoặc nhà tập thể chất.
- Dụng cụ, trang thiết bị: Còi, bộ tranh ảnh, dụng cụ phục vụ dạy học và luyện tập cầu lông.
- SGK *Giáo dục thể chất 9* (Bộ sách *Kết nối tri thức với cuộc sống*).

III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC

HOẠT ĐỘNG MỞ ĐẦU

1. Mục tiêu: Cơ thể HS đạt trạng thái sẵn sàng thực hiện các bài tập vận động.
2. Nội dung: Khởi động tư duy, chuẩn bị tâm thế và khởi động cơ thể.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Nhận lớp, kiểm tra sĩ số, tình hình sức khỏe học sinh.	– Chỉ huy tập trung lớp, đóng hàng và báo cáo sĩ số.	– HS xếp thành 3 hoặc 4 hàng ngang.
– Phổ biến mục tiêu, nội dung, nhiệm vụ học tập.	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết được nội dung bài học.
– Khởi động chung: Chạy chậm theo địa hình tự nhiên, xoay các khớp.	– Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng ngang).	– HS thực hiện đủ số lần theo nhịp hô của chỉ huy.
– Khởi động chuyên môn: + Cầm vợt xoay cổ tay hình số 8 nằm ngang; đưa vợt sang phải, sang trái, lên cao kết hợp lắc cổ tay. + Đứng tại chỗ đập cầu thuận tay liên tục (không cầu).		

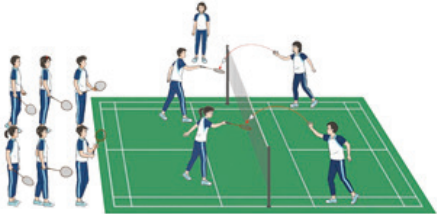
HOẠT ĐỘNG HÌNH THÀNH KIẾN THỨC MỚI

1. Mục tiêu: HS hiểu về kiến thức, kĩ năng thực hiện phối hợp kĩ thuật bỏ nhỏ thuận tay và trái tay, biết cách luyện tập.
2. Nội dung: Phối hợp kĩ thuật bỏ nhỏ thuận tay và trái tay.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

GV tổ chức hoạt động	Hoạt động của HS	Kết quả/sản phẩm học tập
– Sử dụng hình ảnh trực quan hoặc video (nếu có), phân tích thị phạm động tác mẫu phối hợp kỹ thuật bỏ nhỏ thuận tay và trái tay; cách luyện tập.	– Quan sát, ghi nhớ cấu trúc, trình tự phối hợp kỹ thuật bỏ nhỏ thuận tay và trái tay.	– HS hình thành biểu tượng đúng về phối hợp kỹ thuật bỏ nhỏ thuận tay và trái tay.
– Cho HS đồng loạt luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV về phối hợp kỹ thuật bỏ nhỏ thuận tay và trái tay.	– Luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV.	– HS bước đầu thực hiện phối hợp kỹ thuật bỏ nhỏ thuận tay và trái tay và biết phương pháp luyện tập.
– Chỉ dẫn các sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.	– Chú ý lắng nghe, tự sửa chữa.	– HS nhận biết được những sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.

HOẠT ĐỘNG LUYỆN TẬP

1. Mục tiêu: Thực hành luyện tập phối hợp kỹ thuật bỏ nhỏ thuận tay và trái tay.
2. Nội dung: Luyện tập phối hợp kỹ thuật bỏ nhỏ thuận tay và trái tay.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

GV tổ chức hoạt động	Hoạt động của HS	Kết quả/sản phẩm học tập
– Phổ biến nội dung, yêu cầu và hướng dẫn trình tự luyện tập.	– Chú ý lắng nghe và quan sát.	– HS biết được nội dung, yêu cầu và trình tự luyện tập.
– Tổ chức các hình thức luyện tập. – Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn hoạt động luyện tập của HS.	Luyện tập nhóm Luân phiên chỉ huy nhóm luyện tập: – Bỏ nhỏ với đường cầu do bạn tung đến: Lần lượt từng bạn thực hiện kỹ thuật bỏ nhỏ thuận tay, trái tay vào khu vực 1,98 m, mỗi bạn thực hiện 5 – 7 lần.  – Bỏ nhỏ với đường cầu do bạn phát đến: Lần lượt từng bạn thực hiện kỹ thuật bỏ nhỏ thuận tay, trái tay vào khu vực 1,98 m, mỗi bạn thực hiện 5 – 7 lần.	

– Hướng dẫn HS phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.		– HS tự phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.
– Trò chơi phát triển sức nhanh: “Tâng cầu tiếp sức” (SGK GDTC 9 tr. 64).	– Hoạt động cả lớp (đứng theo đội hình trò chơi quy định).	– HS phát triển khả năng phối hợp vận động và vui vẻ khi thực hiện trò chơi.

HOẠT ĐỘNG VẬN DỤNG

1. Mục tiêu: HS vận dụng được nội dung bài học vào thực tiễn học tập hoặc cuộc sống.
2. Nội dung: Vận dụng bài tập phối hợp kỹ thuật bỏ nhỏ thuận tay và trái tay.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Hướng dẫn HS vận dụng trong quá trình luyện tập: Tổ chức luyện tập theo hướng tăng yêu cầu: Về hướng và tốc độ chuyển động của tay cầm vợt, về điểm tiếp xúc giữa mặt vợt với cầu, về đường cầu có hướng và điểm rơi sát lưới bên sân đối diện	– Vận dụng bài tập phối hợp kỹ thuật bỏ nhỏ thuận tay và trái tay.	– HS biết vận dụng: Bài tập phối hợp kỹ thuật bỏ nhỏ thuận tay và trái tay để rèn luyện khả năng phối hợp vận động trong quá trình luyện tập.
– Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng: “ <i>Em hãy nêu sự khác biệt cơ bản giữa kỹ thuật bỏ nhỏ trái tay với kỹ thuật bỏ nhỏ thuận tay.</i> ”	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi vận dụng.	Đáp án câu hỏi vận dụng: Khác nhau về mặt vợt tiếp xúc cầu, về hướng tiếp xúc cầu.
– Giao nhiệm vụ cho HS luyện tập vào thời gian rèn luyện thể dục hằng ngày, có sản phẩm bằng hình ảnh hoặc video.	– Cá nhân chủ động thực hiện nhiệm vụ GV giao, có báo cáo (kèm theo minh chứng) hoặc trình diễn kết quả.	– Video tự luyện tập bài tập phối hợp kỹ thuật bỏ nhỏ thuận tay và trái tay để rèn luyện khả năng phối hợp vận động khi rèn luyện thể dục hằng ngày.

HOẠT ĐỘNG KẾT THÚC

1. Mục tiêu: Đưa cơ thể HS trở về trạng thái ban đầu sau giờ học.
2. Nội dung: Hồi phục sau luyện tập; nhận xét, đánh giá kết quả học tập của HS.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Hướng dẫn HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Tự tổ chức thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Cơ thể HS được thả lỏng.
– Nhận xét về thái độ, đánh giá kết quả học tập và vận dụng của HS.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét.	– HS biết được kết quả học tập và vận dụng của bản thân.
– Hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét và hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới. Có thể đề xuất ý kiến với GV.	– HS biết nội dung cần chuẩn bị cho bài học tiếp theo.

TIẾT KIỂM TRA – ĐÁNH GIÁ NỘI DUNG CHỦ ĐỀ CẦU LÔNG HỌC KÌ 1

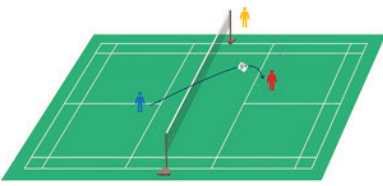
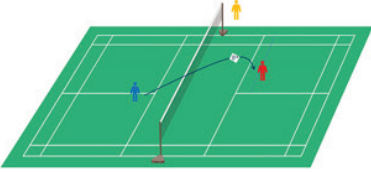
I. MỤC TIÊU

- Kiểm tra Phần hai: Thể thao tự chọn – Chủ đề 1: Cầu lông.
- Vận dụng được kiến thức đã học để kiểm tra – đánh giá.

II. THIẾT BỊ KIỂM TRA – ĐÁNH GIÁ VÀ HỌC LIỆU

- Sân tập cầu lông hoặc nhà tập thể chất.
- Dụng cụ, trang thiết bị: Còi, đồng hồ bấm giờ, vợt, quả cầu lông.

III. TỔ CHỨC CÁC HOẠT ĐỘNG KIỂM TRA – ĐÁNH GIÁ

<i>Nội dung kiểm tra</i>	<i>Tổ chức kiểm tra</i>	<i>Tiêu chí đánh giá</i>
Học sinh lựa chọn 1 trong 2 nội dung sau: 1. Bật nhảy đánh cầu đánh cầu cao tay bên phải. – Thực hiện: Bật nhảy đánh cầu đánh cầu cao tay bên phải 5 quả. – Yêu cầu: Bật nhảy đánh cầu đánh cầu cao tay bên phải cầu rơi vào 1/3 cuối sân. 2. Bật nhảy đập cầu thuận tay. – Thực hiện: Bật nhảy đập cầu thuận tay 5 quả. – Yêu cầu: Bật nhảy đập cầu thuận tay cầu rơi vào đường dọc biên sân 3 x 6,7 m.	 (Đội hình kiểm tra Bật nhảy đánh cầu đánh cầu cao tay bên phải)  (Đội hình kiểm tra Bật nhảy đập cầu thuận tay)	1. Bật nhảy đánh cầu đánh cầu cao tay bên phải. – Đúng kỹ thuật. – Thực hiện đúng luật cầu lông. – Đường cầu bay cao sâu. – Cầu rơi vào 1/3 cuối sân. 2. Bật nhảy đập cầu thuận tay. – Đúng kỹ thuật. – Thực hiện đúng luật cầu lông. – Đường cầu thẳng xuống sân. – Cầu rơi vào đường dọc biên sân 3 x 6,7 m.

Thang đánh giá

GV căn cứ vào: Kiến thức + Năng lực + Thái độ và sự tiến bộ của HS để xây dựng thang đánh giá cho phù hợp.

TIẾT KIỂM TRA – ĐÁNH GIÁ NỘI DUNG CHỦ ĐỀ CẦU LÔNG HỌC KÌ 2

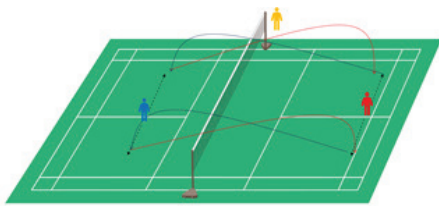
I. MỤC TIÊU

- Kiểm tra Phần hai: Thể thao tự chọn – Chủ đề 1: Cầu lông.
- Vận dụng được kiến thức đã học để làm bài kiểm tra – đánh giá.

II. THIẾT BỊ KIỂM TRA – ĐÁNH GIÁ VÀ HỌC LIỆU

- Sân tập cầu lông hoặc nhà tập thể chất.
- Dụng cụ, trang thiết bị: Còi, đồng hồ bấm giờ, vợt, quả cầu lông.

III. TỔ CHỨC CÁC HOẠT ĐỘNG KIỂM TRA – ĐÁNH GIÁ

<i>Nội dung kiểm tra</i>	<i>Tổ chức kiểm tra</i>	<i>Tiêu chí đánh giá</i>
Học sinh lựa chọn 1 trong 2 nội dung sau: 1. Bỏ nhỏ thuận tay. – Thực hiện: Bỏ nhỏ thuận tay 5 quả. – Yêu cầu: Thực hiện Bỏ nhỏ thuận tay cầu rơi trong phạm vi vạch 1,98 m. 2. Bỏ nhỏ thuận tay. – Thực hiện: Bỏ nhỏ trái tay 5 quả. – Yêu cầu: Thực hiện Bỏ nhỏ trái tay cầu rơi trong phạm vi vạch 1,98 m.	 (Đội hình kiểm tra đánh cầu thấp tay phải, trái)	– Đúng kỹ thuật. – Thực hiện đúng luật cầu lông. – Đường cầu bay qua, sát lưới rơi thẳng đứng vào trong vạch 1,98 m.. – Số lần cầu rơi đúng ô.

Thang đánh giá

GV căn cứ vào: Kiến thức + Năng lực + Thái độ và sự tiến bộ của HS để xây dựng thang đánh giá cho phù hợp.

CHỦ ĐỀ 2. BÓNG ĐÁ

BÀI 1. KỸ THUẬT ĐÁ BÓNG BẰNG MU GIỮA BÀN CHÂN VÀ TẠI CHỖ NÉM BIÊN (8 TIẾT)

TIẾT 1, 2, 3. KỸ THUẬT ĐÁ BÓNG BẰNG MU GIỮA BÀN CHÂN

I. MỤC TIÊU

1. Về kiến thức:

Nhận biết được nội dung, yêu cầu kỹ thuật đá bóng bằng mu giữa bàn chân, biết cách luyện tập.

2. Về năng lực:

- Thực hiện được kỹ thuật đá bóng bằng mu giữa bàn chân; biết cách luyện tập và tổ chức luyện tập.
- Biết sử dụng dinh dưỡng đối với luyện tập các môn bóng.
- Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và luyện tập.

3. Về phẩm chất:

Khiêm tốn học hỏi và chủ động hợp tác với bạn trong học tập

II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU

- Sân tập TDTT hoặc nhà tập thể chất.
- Dụng cụ, trang thiết bị: Còi, bộ tranh ảnh, dụng cụ phục vụ dạy học và luyện tập Bóng đá.
- SGK *Giáo dục thể chất 9* (Bộ sách *Kết nối tri thức với cuộc sống*).

III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC

HOẠT ĐỘNG MỞ ĐẦU

1. Mục tiêu: Giúp HS có nhận biết bước đầu về cấu trúc kỹ thuật đá bóng bằng mu giữa bàn chân; biết cách luyện tập; cơ thể HS đạt trạng thái sẵn sàng thực hiện các bài tập vận động.
2. Nội dung: Khởi động tư duy, chuẩn bị tâm thế và khởi động cơ thể.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

GV tổ chức hoạt động	Hoạt động của HS	Kết quả/sản phẩm học tập
– Nhận lớp, kiểm tra sĩ số, tình hình sức khỏe học sinh.	– Chỉ huy tập trung lớp, đóng hàng và báo cáo sĩ số.	– HS xếp thành 3 hoặc 4 hàng ngang.

– Phổ biến mục tiêu, nội dung, nhiệm vụ học tập.	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết được nội dung bài học.
– Đặt câu hỏi để thu hút, kích lệ sự tập trung chú ý và khai thác vốn hiểu biết của HS đối với nội dung tiết học: “Những vị trí nào trên bàn chân có thể sử dụng để đá bóng?”	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi của GV.	– HS hình thành được mối liên hệ với nội dung bài học. Đáp án: Lòng bàn chân; mu trong bàn chân; mu ngoài bàn chân; mu giữa bàn chân; gót chân; mũi bàn chân.
– Khởi động chung: Chạy tại chỗ, xoay các khớp, ép dọc, ép ngang.	– Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng ngang).	– HS thực hiện đủ số lần theo nhịp hô của chỉ huy.
– Khởi động chuyên môn: Chạy đá lăng căng chân ra trước, ra sau, sang hai bên cự li 8 – 12 m; tăng bóng bằng đùi, bằng lòng bàn chân; dẫn bóng bằng mu giữa bàn chân trên đường thẳng từ chậm đến nhanh cự li 15 – 20 m; từng cặp đôi di chuyển ngang phối hợp chuyền bóng bằng lòng bàn chân và dừng bóng lăn bằng mu giữa bàn chân cự li 4 – 6 m.	– Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng dọc).	– HS thực hiện đủ 15 lần mỗi bên.

HOẠT ĐỘNG HÌNH THÀNH KIẾN THỨC MỚI

1. Mục tiêu: Sử dụng dinh dưỡng đối với luyện tập các môn bóng; Hình thành ở HS kiến thức, kĩ năng thực hiện kĩ thuật đá bóng bằng mu giữa bàn chân, biết cách luyện tập.
2. Nội dung: Bài tập bổ trợ; Kĩ thuật đá bóng bằng mu giữa bàn chân.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Hướng dẫn sử dụng dinh dưỡng đối với luyện tập các môn bóng (SGK GDTC 9 tr.8,9).	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết lựa chọn và sử dụng dinh dưỡng đối với luyện tập các môn bóng nhằm phát triển sức nhanh.
– Giới thiệu mục đích, tác dụng của bài tập bổ trợ (Tăng bóng bằng mu giữa bàn chân).	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết được mục đích, tác dụng của bài tập bổ trợ (Tăng bóng bằng mu giữa bàn chân).

– Sử dụng hình ảnh trực quan hoặc video (nếu có), phân tích thị phạm động tác mẫu bài tập bổ trợ (Tâng bóng bằng mu giữa bàn chân); cách luyện tập.	– Quan sát, ghi nhớ cấu trúc, trình tự thực hiện bài tập bổ trợ (Tâng bóng bằng mu giữa bàn chân).	– HS hình thành biểu tượng đúng về kĩ thuật đá bóng bằng mu giữa bàn chân.
– Giới thiệu mục đích, tác dụng của kĩ thuật đá bóng bằng mu giữa bàn chân.	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết được mục đích, tác dụng của kĩ thuật đá bóng bằng mu giữa bàn chân.
– Sử dụng hình ảnh trực quan hoặc video (nếu có), phân tích thị phạm động tác mẫu kĩ thuật đá bóng bằng mu giữa bàn chân; cách luyện tập.	– Quan sát, ghi nhớ cấu trúc, trình tự kĩ thuật đá bóng bằng mu giữa bàn chân.	– HS hình thành biểu tượng đúng về kĩ thuật đá bóng bằng mu giữa bàn chân.
– Cho HS đồng loạt luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV về kĩ thuật đá bóng bằng mu giữa bàn chân.	– Luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV.	– HS bước đầu thực hiện kĩ thuật đá bóng bằng mu giữa bàn chân và biết phương pháp luyện tập.
– Chỉ dẫn các sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.	– Chú ý lắng nghe, tự sửa chữa.	– HS nhận biết được những sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.

HOẠT ĐỘNG LUYỆN TẬP

1. Mục tiêu: Thực hành luyện tập bài tập bổ trợ (Tâng bóng bằng mu giữa bàn chân); kĩ thuật đá bóng bằng mu giữa bàn chân.
2. Nội dung: Luyện tập bài tập bổ trợ (Tâng bóng bằng mu giữa bàn chân); kĩ thuật đá bóng bằng mu giữa bàn chân.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Phổ biến nội dung, yêu cầu và hướng dẫn trình tự luyện tập.	– Chú ý lắng nghe và quan sát.	– HS biết được nội dung, yêu cầu và trình tự luyện tập.
– Tổ chức các hình thức luyện tập. – Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn hoạt động luyện tập của HS.	a) Luyện tập cá nhân HS tự hô khẩu lệnh: – Luyện tập không bóng: + Tại chỗ luyện tập bài tập bổ trợ tâng bóng bằng mu giữa bàn chân.	– HS thực hiện được đúng số lần và cự li.

	+ Tại chỗ mô phỏng động tác đặt chân trụ, vung chân đá bóng bằng mu giữa bàn chân, thực hiện 5 – 7 lần. + Mô phỏng chạy đà 1, 3, 5 bước phối hợp đặt chân trụ, vung chân đá bóng bằng mu giữa bàn chân, thực hiện 2 – 3 phút. – Luyện tập có bóng: Tại chỗ đá bóng vào tường từ khoảng cách 3 – 4 m, 5 – 6 m bằng mu giữa bàn chân, dùng bóng nảy ra bằng lòng bàn chân hoặc bằng đùi, thực hiện 3 – 5 lần. b) Luyện tập cặp đôi Luân phiên giúp bạn luyện tập: – Dùng chân giữ bóng cho bạn luyện tập đặt chân trụ, vung chân lắt và tiếp xúc bóng bằng mu giữa bàn chân, mỗi bạn thực hiện 3 – 5 lần. – Đá bóng cho nhau bằng mu giữa bàn chân từ khoảng cách 5 – 6 m, 7 – 8 m, mỗi bạn thực hiện 3 – 5 lần.	
– Hướng dẫn HS phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.		– HS tự phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.

HOẠT ĐỘNG VẬN DỤNG

1. Mục tiêu: HS vận dụng được nội dung bài học vào thực tiễn học tập hoặc cuộc sống.
2. Nội dung: Vận dụng bài tập bổ trợ (Tăng bóng bằng mu giữa bàn chân) và bài tập kĩ thuật đá bóng bằng mu giữa bàn chân để rèn luyện năng lực phối hợp vận động.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Hướng dẫn HS vận dụng trong quá trình luyện tập: Thay đổi nội dung và yêu cầu tập luyện theo hướng: Tăng dần cự li, tốc độ và độ chính xác khi thực hiện các	– Vận dụng bài tập kĩ thuật đá bóng bằng mu giữa bàn chân.	– HS biết vận dụng: Bài tập kĩ thuật đá bóng bằng mu giữa bàn chân để rèn luyện năng lực phối hợp vận động trong quá trình luyện tập.

bài tập đá bóng bằng mu giữa bàn chân, tại chỗ ném biên; từ đá bóng bằng chân thuận đến đá bóng bằng chân không thuận và luân phiên hai chân đá bóng; phối hợp dừng bóng, dẫn bóng, chuyền bóng và đá bóng vào cầu môn.		
– Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng: “Đá bóng bằng mu giữa bàn chân, vị trí đặt chân trụ và tư thế thân người phải đạt những yêu cầu nào?”	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi vận dụng.	Đáp án câu hỏi vận dụng: Bàn chân trụ đặt ngang hàng với bóng, thẳng với hướng đá bóng đi; khi chân chạm bóng để đá bóng đi, điểm rơi của trọng tâm cơ thể phải rơi vào vị trí đặt bóng.
– Giao nhiệm vụ cho HS luyện tập vào thời gian rèn luyện thể dục hằng ngày, có sản phẩm bằng hình ảnh hoặc video.	– Cá nhân chủ động thực hiện nhiệm vụ GV giao, có báo cáo (kèm theo minh chứng) hoặc trình diễn kết quả.	– Video tự luyện tập bài tập bổ trợ (Tâng bóng bằng mu giữa bàn chân) và bài tập kỹ thuật đá bóng bằng mu giữa bàn chân để rèn luyện năng lực phối hợp vận động khi rèn luyện thể dục hằng ngày.

HOẠT ĐỘNG KẾT THÚC

1. Mục tiêu: Đưa cơ thể HS trở về trạng thái ban đầu sau giờ học.
2. Nội dung: Hồi phục sau luyện tập; nhận xét, đánh giá kết quả học tập của HS.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Hướng dẫn HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Tự tổ chức thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Cơ thể HS được thả lỏng.
– Nhận xét về thái độ, đánh giá kết quả học tập và vận dụng của HS.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét.	– HS biết được kết quả học tập và vận dụng của bản thân.
– Hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét và hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới. Có thể đề xuất ý kiến với GV.	– HS biết nội dung cần chuẩn bị cho bài học tiếp theo.

TIẾT 4, 5, 6. LUYỆN TẬP KỸ THUẬT ĐÁ BÓNG BẰNG MU GIỮA BÀN CHÂN VÀ KỸ THUẬT TẠI CHỖ NÉM BIÊN

I. MỤC TIÊU

1. Kiến thức

Nhận biết được nội dung, yêu cầu luyện tập kỹ thuật đá bóng bằng mu giữa bàn chân và kỹ thuật tại chỗ ném biên, biết cách luyện tập.

2. Năng lực

- Thực hiện được kỹ thuật đá bóng bằng mu giữa bàn chân và kỹ thuật tại chỗ ném biên; biết cách luyện tập và tổ chức luyện tập.
- Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và luyện tập.

3. Phẩm chất

Khiêm tốn học hỏi và chủ động hợp tác với bạn trong học tập

II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU

- Sân tập TDTT hoặc nhà tập thể chất.
- Dụng cụ, trang thiết bị: Còi, bộ tranh ảnh, dụng cụ phục vụ dạy học và luyện tập Bóng đá.
- SGK *Giáo dục thể chất 9* (Bộ sách *Kết nối tri thức với cuộc sống*).

III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC

HOẠT ĐỘNG MỞ ĐẦU

1. Mục tiêu: Giúp HS có nhận biết bước đầu về cấu trúc kỹ thuật đá bóng bằng mu giữa bàn chân và kỹ thuật tại chỗ ném biên, biết cách luyện tập; cơ thể HS đạt trạng thái sẵn sàng thực hiện các bài tập vận động.
2. Nội dung: Khởi động tư duy, chuẩn bị tâm thế và khởi động cơ thể.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Nhận lớp, kiểm tra sĩ số, tình hình sức khỏe học sinh.	– Chỉ huy tập trung lớp, đóng hàng và báo cáo sĩ số.	– HS xếp thành 3 hoặc 4 hàng ngang.
– Phổ biến mục tiêu, nội dung, nhiệm vụ học tập.	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết được nội dung bài học.

– Đặt câu hỏi để thu hút, kích lệ sự tập trung chú ý và khai thác vốn hiểu biết của HS đối với nội dung tiết học: “Trong thi đấu bóng đá, cầu thủ phải ném biên bằng một tay hay hai tay.”	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi của GV.	– HS hình thành được mối liên hệ với nội dung bài học.
Đáp án: Hai tay.		
– Khởi động chung: Chạy tại chỗ, xoay các khớp, ép dọc, ép ngang.	– Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng ngang).	– HS thực hiện đủ số lần theo nhịp hô của chỉ huy.
– Trò chơi hỗ trợ khởi động: “Ném bóng đúng hướng” (SGK GDTC 9 tr. 61).	– Hoạt động cả lớp (đứng theo đội hình trò chơi quy định).	– HS được vận động và vui vẻ khi thực hiện trò chơi.

HOẠT ĐỘNG HÌNH THÀNH KIẾN THỨC MỚI

1. Mục tiêu: Hình thành ở HS kiến thức, kĩ năng thực hiện kĩ thuật tại chỗ ném biên, biết cách luyện tập.
2. Nội dung: Kĩ thuật tại chỗ ném biên.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Sử dụng hình ảnh trực quan hoặc video (nếu có), phân tích thị phạm động tác mẫu kĩ thuật đá bóng bằng mu giữa bàn chân; cách luyện tập.	– Quan sát, ghi nhớ cấu trúc, trình tự kĩ thuật đá bóng bằng mu giữa bàn chân.	– HS hình thành biểu tượng đúng về kĩ thuật đá bóng bằng mu giữa bàn chân.
– Cho HS đồng loạt luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV về đá bóng bằng mu giữa bàn chân.	– Luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV.	– HS bước đầu thực hiện kĩ thuật đá bóng bằng mu giữa bàn chân và biết phương pháp luyện tập.
– Giới thiệu mục đích, tác dụng của kĩ thuật tại chỗ ném biên.	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết được mục đích, tác dụng của kĩ thuật tại chỗ ném biên.
– Sử dụng hình ảnh trực quan hoặc video (nếu có), phân tích thị phạm động tác mẫu kĩ thuật tại chỗ ném biên; cách luyện tập.	– Quan sát, ghi nhớ cấu trúc, trình tự kĩ thuật tại chỗ ném biên.	– HS hình thành biểu tượng đúng về kĩ thuật tại chỗ ném biên.

– Cho HS đồng loạt luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV về kỹ thuật tại chỗ ném biên.	– Luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV.	– HS bước đầu thực hiện kỹ thuật tại chỗ ném biên và biết phương pháp luyện tập.
– Chỉ dẫn các sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.	– Chú ý lắng nghe, tự sửa chữa.	– HS nhận biết được những sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.

HOẠT ĐỘNG LUYỆN TẬP

1. Mục tiêu: Thực hành luyện tập kỹ thuật đá bóng bằng mu giữa bàn chân; kỹ thuật tại chỗ ném biên.
2. Nội dung: Luyện tập kỹ thuật đá bóng bằng mu giữa bàn chân; kỹ thuật tại chỗ ném biên.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Phổ biến nội dung, yêu cầu và hướng dẫn trình tự luyện tập.	– Chú ý lắng nghe và quan sát.	– HS biết được nội dung, yêu cầu và trình tự luyện tập.
– Tổ chức các hình thức luyện tập. – Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn hoạt động luyện tập của HS	a) Luyện tập cá nhân HS tự hô khẩu lệnh: – Luyện tập có bóng: Tại chỗ đá bóng vào tường từ khoảng cách 3 – 4 m, 5 – 6 m bằng mu giữa bàn chân, dùng bóng nảy ra bằng lòng bàn chân hoặc bằng đùi, thực hiện 3 – 5 lần. + Tại chỗ ném bóng vào tường từ khoảng cách 3 – 5 m bằng kỹ thuật ném biên, thực hiện 3 – 5 lần. b) Luyện tập cặp đôi Luân phiên giúp bạn luyện tập: – Đá bóng cho nhau bằng mu giữa bàn chân từ khoảng cách 5 – 6 m, 7 – 8 m, mỗi bạn thực hiện 3 – 5 lần. – Ném bóng cho nhau bằng kỹ thuật ném biên từ khoảng cách 5 – 7 m, mỗi bạn thực hiện 5 – 7 lần.	– HS thực hiện được đúng số lần và cự li.

– Hướng dẫn HS phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.		– HS tự phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.
---	--	--

HOẠT ĐỘNG VẬN DỤNG

1. Mục tiêu: HS vận dụng được nội dung bài học vào thực tiễn học tập hoặc cuộc sống.
2. Nội dung: Vận dụng bài tập kỹ thuật đá bóng bằng mu giữa bàn chân và kỹ thuật tại chỗ ném biên để rèn luyện năng lực phối hợp vận động.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Hướng dẫn HS vận dụng trong quá trình luyện tập: Thay đổi nội dung và yêu cầu tập luyện theo hướng: Tăng dần cự li, tốc độ và độ chính xác khi thực hiện các bài tập đá bóng bằng mu giữa bàn chân, tại chỗ ném biên; từ đá bóng bằng chân thuận đến đá bóng bằng chân không thuận và luân phiên hai chân đá bóng; phối hợp dừng bóng, dẫn bóng, chuyền bóng và đá bóng vào cầu môn.	– Vận dụng bài tập kỹ thuật đá bóng bằng mu giữa bàn chân và kỹ thuật tại chỗ ném biên.	– HS biết vận dụng: Bài tập kỹ thuật đá bóng bằng mu giữa bàn chân và kỹ thuật tại chỗ ném biên để rèn luyện năng lực phối hợp vận động trong quá trình luyện tập.
– Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng: “Khi ném biên, sự chuyển động nhịp điệu, liên tục và đồng thời của hai tay có tác dụng gì?”	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi vận dụng.	Đáp án câu hỏi vận dụng: Phát huy được lực phối hợp của toàn thân, tạo ra đường bóng bay xa; phù hợp với quy định ném biên của luật bóng đá.
– Giao nhiệm vụ cho HS luyện tập vào thời gian rèn luyện thể dục hằng ngày, có sản phẩm bằng hình ảnh hoặc video.	– Cá nhân chủ động thực hiện nhiệm vụ GV giao, có báo cáo (kèm theo minh chứng) hoặc trình diễn kết quả.	– Video tự luyện tập bài tập kỹ thuật đá bóng bằng mu giữa bàn chân và kỹ thuật tại chỗ ném biên để rèn luyện năng lực phối hợp vận động khi rèn luyện thể dục hằng ngày.

HOẠT ĐỘNG KẾT THÚC

1. Mục tiêu: Đưa cơ thể HS trở về trạng thái ban đầu sau giờ học.

2. Nội dung: Hồi phục sau luyện tập; nhận xét, đánh giá kết quả học tập của HS.

3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Hướng dẫn HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Tự tổ chức thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Cơ thể HS được thả lỏng.
– Nhận xét về thái độ, đánh giá kết quả học tập và vận dụng của HS.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét.	– HS biết được kết quả học tập và vận dụng của bản thân.
– Hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét và hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới. Có thể đề xuất ý kiến với GV.	– HS biết nội dung cần chuẩn bị cho bài học tiếp theo.

TIẾT 7, 8. PHỐI HỢP KỸ THUẬT ĐÁ BÓNG BẰNG MU GIỮA BÀN CHÂN VÀ KỸ THUẬT TẠI CHỖ NÉM BIÊN

I. MỤC TIÊU

1. Kiến thức

Hiểu được cấu trúc và cách luyện tập phối hợp kỹ thuật đá bóng bằng mu giữa bàn chân và kỹ thuật tại chỗ ném biên.

2. Năng lực

- Phối hợp được phối hợp kỹ thuật đá bóng bằng mu giữa bàn chân và kỹ thuật tại chỗ ném biên; biết cách luyện tập và tổ chức luyện tập.
- Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và luyện tập.
- Có sự phát triển về sức mạnh, năng lực liên kết động tác và tính nhịp điệu.

3. Phẩm chất

Khiêm tốn học hỏi và chủ động hợp tác với bạn trong học tập

II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU

- Sân tập TDTT hoặc nhà tập thể chất.
- Dụng cụ, trang thiết bị: Còi, bộ tranh ảnh, dụng cụ phục vụ dạy học và luyện tập Bóng đá.
- SGK *Giáo dục thể chất 9* (Bộ sách *Kết nối tri thức với cuộc sống*).

III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC

HOẠT ĐỘNG MỞ ĐẦU

1. Mục tiêu: Cơ thể HS đạt trạng thái sẵn sàng thực hiện các bài tập vận động.
2. Nội dung: Khởi động tư duy, chuẩn bị tâm thể và khởi động cơ thể.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Nhận lớp, kiểm tra sĩ số, tình hình sức khỏe học sinh.	– Chỉ huy tập trung lớp, dóng hàng và báo cáo sĩ số.	– HS xếp thành 3 hoặc 4 hàng ngang.
– Phổ biến mục tiêu, nội dung, nhiệm vụ học tập.	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết được nội dung bài học.
– Khởi động chung: Chạy tại chỗ, xoay các khớp, ép dọc, ép ngang.	– Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng ngang).	– HS thực hiện đủ số lần theo nhịp hô của chỉ huy.
– Khởi động chuyên môn: Chạy đá lăng căng chân ra trước, ra sau, sang hai bên cự li 8 – 12 m; tung bóng bằng đùi, bằng lòng bàn chân; dẫn bóng bằng mu giữa bàn chân trên đường thẳng từ chậm đến nhanh cự li 15 – 20 m; từng cặp đôi di chuyển ngang phối hợp chuyển bóng bằng lòng bàn chân và dừng bóng lăn bằng mu giữa bàn chân cự li 4 – 6 m.	– Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng dọc).	– HS thực hiện đủ 15 lần mỗi bên.

HOẠT ĐỘNG HÌNH THÀNH KIẾN THỨC MỚI

1. Mục tiêu: HS hiểu về kiến thức, kỹ năng thực hiện phối hợp kỹ thuật đá bóng bằng mu giữa bàn chân và kỹ thuật tại chỗ ném biên, biết cách luyện tập.
2. Nội dung: Phối hợp kỹ thuật đá bóng bằng mu giữa bàn chân và kỹ thuật tại chỗ ném biên.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Sử dụng hình ảnh trực quan hoặc video (nếu có), phân tích thị phạm động tác mẫu phối hợp kỹ thuật đá bóng bằng mu giữa bàn chân và kỹ thuật tại chỗ ném biên; cách luyện tập.	– Quan sát, ghi nhớ cấu trúc, trình tự phối hợp kỹ thuật đá bóng bằng mu giữa bàn chân và kỹ thuật tại chỗ ném biên.	– HS hình thành biểu tượng đúng về phối hợp kỹ thuật đá bóng bằng mu giữa bàn chân và kỹ thuật tại chỗ ném biên.

– Cho HS đồng loạt luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV về phối hợp kỹ thuật đá bóng bằng mu giữa bàn chân và kỹ thuật tại chỗ ném biên.	– Luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV.	– HS bước đầu thực hiện phối hợp kỹ thuật đá bóng bằng mu giữa bàn chân; kỹ thuật tại chỗ ném biên và biết phương pháp luyện tập.
– Chỉ dẫn các sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.	– Chú ý lắng nghe, tự sửa chữa.	– HS nhận biết được những sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.

HOẠT ĐỘNG LUYỆN TẬP

1. Mục tiêu: Thực hành luyện tập phối hợp kỹ thuật đá bóng bằng mu giữa bàn chân và kỹ thuật tại chỗ ném biên.
2. Nội dung: Luyện tập phối hợp kỹ thuật đá bóng bằng mu giữa bàn chân và kỹ thuật tại chỗ ném biên.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Phổ biến nội dung, yêu cầu và hướng dẫn trình tự luyện tập.	– Chú ý lắng nghe và quan sát.	– HS biết được nội dung, yêu cầu và trình tự luyện tập.
– Tổ chức các hình thức luyện tập. – Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn hoạt động luyện tập của HS.	Luyện tập nhóm Luân phiên chỉ huy nhóm luyện tập: – Đặt bóng cố định, chạy đà và đá bóng bằng mu giữa bàn chân vào cầu môn từ khoảng cách 6 – 7 m, mỗi bạn thực hiện 2 – 3 lần. – Lần lượt từng nhóm hai bạn di chuyển ngang, phối hợp chuyền và dừng bóng bằng mu giữa bàn chân từ khoảng cách 4 – 5 m. – Phối hợp nhóm: Chuyền bóng, di chuyển đón và dừng bóng, đá bóng vào cầu môn bằng mu giữa bàn chân, mỗi bạn thực hiện 2 – 3 lần. 	– HS thực hiện được đúng số lần và cự li.

	– Các bạn trong mỗi hàng luân phiên ném (bằng kỹ thuật tại chỗ ném biên) và bắt bóng từ khoảng cách 5 – 7 m, mỗi bạn thực hiện 2 – 3 lần. 	
– Hướng dẫn HS phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.		– HS tự phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.
– Trò chơi phát triển sức nhanh: “Thi tăng bóng” (SGK GDTC 9 tr. 69).	– Hoạt động cả lớp (đứng theo đội hình trò chơi quy định).	– HS phát triển khả năng phối hợp vận động và vui vẻ khi thực hiện trò chơi.

HOẠT ĐỘNG VẬN DỤNG

1. Mục tiêu: HS vận dụng được nội dung bài học vào thực tiễn học tập hoặc cuộc sống.
2. Nội dung: Vận dụng bài tập phối hợp kỹ thuật đá bóng bằng mu giữa bàn chân và kỹ thuật tại chỗ ném biên.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Hướng dẫn HS vận dụng trong quá trình luyện tập: Thay đổi nội dung và yêu cầu tập luyện theo hướng: Tăng dần cự li, tốc độ và độ chính xác khi thực hiện các bài tập đá bóng bằng mu giữa bàn chân, tại chỗ ném biên; từ đá bóng bằng chân thuận đến đá bóng bằng chân không thuận và luân phiên hai chân đá bóng; phối hợp dừng bóng, dẫn bóng, chuyền bóng và đá bóng vào cầu môn.	– Vận dụng bài tập phối hợp kỹ thuật đá bóng bằng mu giữa bàn chân.	– HS biết vận dụng: Bài tập phối hợp kỹ thuật đá bóng bằng mu giữa bàn chân để rèn luyện khả năng phối hợp vận động trong quá trình luyện tập.
– Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng:	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi vận dụng.	Đáp án câu hỏi vận dụng: Câu 1: Mu giữa bàn chân không thể tiếp xúc vào phần giữa, phía sau bóng; không phát huy được sức

“Câu 1: Khi đá bóng bằng mu giữa bàn chân, chân trụ đặt sai vị trí (về phía sau bóng hoặc về phía trước bóng) sẽ xảy ra tình trạng gì?”		mạnh của động tác vung chân đá bóng; đường bóng đi không có lực. Câu 2: Được; sẽ nâng cao được lực ném để có đường bóng xa hơn.
Câu 2: Khi ném biên, có thể phối hợp với chạy đà được không? Hiệu quả ném biên sẽ thế nào?”		
– Giao nhiệm vụ cho HS luyện tập vào thời gian rèn luyện thể dục hằng ngày, có sản phẩm bằng hình ảnh hoặc video.	– Cá nhân chủ động thực hiện nhiệm vụ GV giao, có báo cáo (kèm theo minh chứng) hoặc trình diễn kết quả.	– Video tự luyện tập bài tập phối hợp kỹ thuật đá bóng bằng mu giữa bàn chân và kỹ thuật tại chỗ ném biên để rèn luyện khả năng phối hợp vận động khi rèn luyện thể dục hằng ngày.

HOẠT ĐỘNG KẾT THÚC

1. Mục tiêu: Đưa cơ thể HS trở về trạng thái ban đầu sau giờ học.
2. Nội dung: Hồi phục sau luyện tập; nhận xét, đánh giá kết quả học tập của HS.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

GV tổ chức hoạt động	Hoạt động của HS	Kết quả/sản phẩm học tập
– Hướng dẫn HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Tự tổ chức thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Cơ thể HS được thả lỏng.
– Nhận xét về thái độ, đánh giá kết quả học tập và vận dụng của HS.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét.	– HS biết được kết quả học tập và vận dụng của bản thân.
– Hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét và hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới. Có thể đề xuất ý kiến với GV.	– HS biết nội dung cần chuẩn bị cho bài học tiếp theo.

BÀI 2. KỸ THUẬT DỪNG BÓNG BỔNG BẰNG MU GIỮA BÀN CHÂN (8 TIẾT)

TIẾT 1, 2, 3. KỸ THUẬT DỪNG BÓNG BỔNG BẰNG MU GIỮA BÀN CHÂN

I. MỤC TIÊU

1. Kiến thức

Nhận biết được nội dung, yêu cầu kỹ thuật dừng bóng bổng bằng mu giữa bàn chân, biết cách luyện tập.

2. Năng lực

- Thực hiện được kỹ thuật dừng bóng bổng bằng mu giữa bàn chân, biết cách luyện tập và tổ chức luyện tập.
- Biết lựa chọn trò chơi và các bài tập vận động phù hợp với nội dung bài học để rèn luyện hằng ngày.

3. Phẩm chất

Tự chủ, sáng tạo trong học tập và tự rèn luyện thân thể.

II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU

- Sân tập TDTT hoặc nhà tập thể chất.
- Dụng cụ, trang thiết bị: Còi, bộ tranh ảnh, dụng cụ phục vụ dạy học và luyện tập Bóng đá.
- SGK *Giáo dục thể chất 9* (Bộ sách *Kết nối tri thức với cuộc sống*).

III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC

HOẠT ĐỘNG MỞ ĐẦU

1. Mục tiêu: Giúp HS có nhận biết bước đầu về cấu trúc kỹ thuật dừng bóng bổng bằng mu giữa bàn chân, biết cách luyện tập; cơ thể HS đạt trạng thái sẵn sàng thực hiện các bài tập vận động.
2. Nội dung: Khởi động tư duy, chuẩn bị tâm thể và khởi động cơ thể.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Nhận lớp, kiểm tra sĩ số, tình hình sức khỏe học sinh.	– Chỉ huy tập trung lớp, đóng hàng và báo cáo sĩ số.	– HS xếp thành 3 hoặc 4 hàng ngang.
– Phổ biến mục tiêu, nội dung, nhiệm vụ học tập.	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết được nội dung bài học.

– Đặt câu hỏi để thu hút, khích lệ sự tập trung chú ý và khai thác vốn hiểu biết của HS đối với nội dung tiết học: “Ưu thế của kỹ thuật dừng bóng bằng mu giữa bàn chân là gì?”	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi của GV.	– HS hình thành được mối liên hệ với nội dung bài học. Đáp án: Có phạm vi không chế bóng trên không rộng hơn so với kỹ thuật dừng bóng bằng lòng bàn chân và bằng đùi cả về tầm và hướng.
– Khởi động chung: Chạy chậm theo vòng tròn, xoay các khớp, ép dọc, ép ngang.	– Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng ngang).	– HS thực hiện đủ số lần theo nhịp hô của chỉ huy.
– Khởi động chuyên môn: Chạy bước nhỏ, chạy nâng cao đùi, chạy đạp sau, chạy tăng tốc độ cự li 10 – 15 m; dẫn bóng bằng mu giữa bàn chân tăng dần tốc độ cự li 15 – 20 m; tâng bóng bằng mu giữa bàn chân; đá bóng qua lại bằng lòng bàn chân cự li 8 – 10 m.	– Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng dọc).	– HS thực hiện đủ 15 lần mỗi bên.

HOẠT ĐỘNG HÌNH THÀNH KIẾN THỨC MỚI

1. Mục tiêu: Hình thành ở HS kiến thức, kỹ năng thực hiện kỹ thuật dừng bóng bằng mu giữa bàn chân, biết cách luyện tập.
2. Nội dung: Kỹ thuật dừng bóng bằng mu giữa bàn chân.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

GV tổ chức hoạt động	Hoạt động của HS	Kết quả/sản phẩm học tập
– Giới thiệu mục đích, tác dụng của kỹ thuật dừng bóng bằng mu giữa bàn chân.	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết được mục đích, tác dụng của kỹ thuật dừng bóng bằng mu giữa bàn chân.
– Sử dụng hình ảnh trực quan hoặc video (nếu có), phân tích thị phạm động tác mẫu kỹ thuật dừng bóng bằng mu giữa bàn chân; cách luyện tập.	– Quan sát, ghi nhớ cấu trúc, trình tự kỹ thuật dừng bóng bằng mu giữa bàn chân.	– HS hình thành biểu tượng đúng về kỹ thuật dừng bóng bằng mu giữa bàn chân.

– Cho HS đồng loạt luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV về kĩ thuật dừng bóng bằng mu giữa bàn chân.	– Luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV.	– HS bước đầu thực hiện kĩ thuật dừng bóng bằng mu giữa bàn chân và biết phương pháp luyện tập.
– Chỉ dẫn các sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.	– Chú ý lắng nghe, tự sửa chữa.	– HS nhận biết được những sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.

HOẠT ĐỘNG LUYỆN TẬP

1. Mục tiêu: Thực hành luyện tập kĩ thuật dừng bóng bằng mu giữa bàn chân.
2. Nội dung: Luyện tập kĩ thuật dừng bóng bằng mu giữa bàn chân.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Phổ biến nội dung, yêu cầu và hướng dẫn trình tự luyện tập.	– Chú ý lắng nghe và quan sát.	– HS biết được nội dung, yêu cầu và trình tự luyện tập.
– Tổ chức các hình thức luyện tập. – Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn hoạt động luyện tập của HS.	a) Luyện tập cá nhân HS tự hô khẩu lệnh: – Luyện tập không bóng: Tại chỗ và di chuyển mô phỏng động tác dừng bóng bằng mu giữa bàn chân, thực hiện 5 – 7 lần. – Luyện tập có bóng: + Thả (hoặc tung) và dừng bóng rơi xuống bằng mu giữa bàn chân, thực hiện 5 – 7 lần. + Tung (hoặc ném) bóng vào tường, dừng bóng nảy ra (bóng bằng) bằng mu giữa bàn chân từ khoảng cách 3 – 5 m, thực hiện 5 – 7 lần. b) Luyện tập cặp đôi Luân phiên tung bóng giúp bạn luyện tập tại chỗ và di chuyển dừng bóng bằng mu giữa bàn chân từ khoảng cách 5 – 6 m, từng kĩ thuật mỗi bạn thực hiện 3 – 5 lần.	– HS thực hiện được đúng số lần và cự li.
– Hướng dẫn HS phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.		– HS tự phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.

HOẠT ĐỘNG VẬN DỤNG

1. Mục tiêu: HS vận dụng được nội dung bài học vào thực tiễn học tập hoặc cuộc sống.
2. Nội dung: Vận dụng bài tập kĩ thuật dừng bóng bằng mu giữa bàn chân để rèn luyện năng lực phối hợp vận động.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Hướng dẫn HS vận dụng trong quá trình luyện tập: Thay đổi nội dung và yêu cầu tập luyện theo hướng: Tăng dần cự li và tốc độ thực hiện các bài tập tại chỗ và di chuyển dừng bóng bằng mu giữa bàn chân; từ chân thuận đến chân không thuận; phối hợp dừng bóng với thực hiện các kĩ thuật khác.	– Vận dụng bài tập kĩ thuật dừng bóng bằng mu giữa bàn chân.	– HS biết vận dụng: Bài tập kĩ thuật dừng bóng bằng mu giữa bàn chân để rèn luyện năng lực phối hợp vận động trong quá trình luyện tập.
– Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng: “So với kĩ thuật dừng bóng bằng lòng bàn chân, dừng bóng bằng mu giữa bàn chân có những thuận lợi gì?”	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi vận dụng.	Đáp án câu hỏi vận dụng: Dừng được đường bóng bằng ở tầm cao hơn, xa thân người hơn so với dừng bóng bằng lòng bàn chân.
– Giao nhiệm vụ cho HS luyện tập vào thời gian rèn luyện thể dục hằng ngày, có sản phẩm bằng hình ảnh hoặc video.	– Cá nhân chủ động thực hiện nhiệm vụ GV giao, có báo cáo (kèm theo minh chứng) hoặc trình diễn kết quả.	– Video tự luyện tập bài tập kĩ thuật dừng bóng bằng mu giữa bàn chân để rèn luyện năng lực phối hợp vận động khi rèn luyện thể dục hằng ngày.

HOẠT ĐỘNG KẾT THÚC

1. Mục tiêu: Đưa cơ thể HS trở về trạng thái ban đầu sau giờ học.
2. Nội dung: Hồi phục sau luyện tập; nhận xét, đánh giá kết quả học tập của HS.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Hướng dẫn HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Tự tổ chức thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Cơ thể HS được thả lỏng.

– Nhận xét về thái độ, đánh giá kết quả học tập và vận dụng của HS.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét.	– HS biết được kết quả học tập và vận dụng của bản thân.
– Hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét và hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới. Có thể đề xuất ý kiến với GV.	– HS biết nội dung cần chuẩn bị cho bài học tiếp theo.

TIẾT 4, 5, 6. LUYỆN TẬP KỸ THUẬT DỪNG BÓNG BỔNG BẰNG MU GIỮA BÀN CHÂN

I. MỤC TIÊU

1. Kiến thức

Nhận biết được nội dung, yêu cầu luyện tập kỹ thuật dừng bóng bổng bằng mu giữa bàn chân, biết cách luyện tập.

2. Năng lực

- Thực hiện được kỹ thuật dừng bóng bổng bằng mu giữa bàn chân; biết cách luyện tập và tổ chức luyện tập.
- Biết lựa chọn trò chơi và các bài tập vận động phù hợp với nội dung bài học để rèn luyện hằng ngày

3. Phẩm chất

Tự chủ, sáng tạo trong học tập và tự rèn luyện thân thể.

II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU

- Sân tập TDTT hoặc nhà tập thể chất.
- Dụng cụ, trang thiết bị: Còi, bộ tranh ảnh, dụng cụ phục vụ dạy học và luyện tập Bóng đá.
- SGK *Giáo dục thể chất 9* (Bộ sách *Kết nối tri thức với cuộc sống*).

III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC

HOẠT ĐỘNG MỞ ĐẦU

- 1.** Mục tiêu: Cơ thể HS đạt trạng thái sẵn sàng thực hiện các bài tập vận động.
- 2.** Nội dung: Khởi động tư duy, chuẩn bị tâm thế và khởi động cơ thể.
- 3.** Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Nhận lớp, kiểm tra sĩ số, tình hình sức khỏe học sinh.	– Chỉ huy tập trung lớp, đóng hàng và báo cáo sĩ số.	– HS xếp thành 3 hoặc 4 hàng ngang.
– Phổ biến mục tiêu, nội dung, nhiệm vụ học tập.	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết được nội dung bài học.
– Đặt câu hỏi để thu hút, kích lệ sự tập trung chú ý và khai thác vốn hiểu biết của HS đối với nội dung tiết học: “Trong thi đấu bóng đá, dùng bóng có cần thiết phải để bóng nằm tại chỗ hay không?.”	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi của GV.	– HS hình thành được mối liên hệ với nội dung bài học. Đáp án: Không. Có thể phối hợp tạo ra vị trí bóng tiếp đất phù hợp với hướng dự định di chuyển.
– Khởi động chung: Chạy chậm theo vòng tròn, xoay các khớp, ép dọc, ép ngang.	– Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng ngang).	– HS thực hiện đủ số lần theo nhịp hô của chỉ huy.
– Trò chơi hỗ trợ khởi động: “Tranh bóng” (SGK GDTC 9 tr. 70).	– Hoạt động cả lớp (đứng theo đội hình trò chơi quy định).	– HS được vận động và vui vẻ khi thực hiện trò chơi.

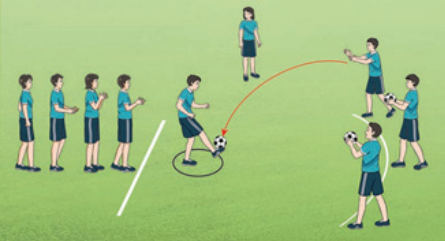
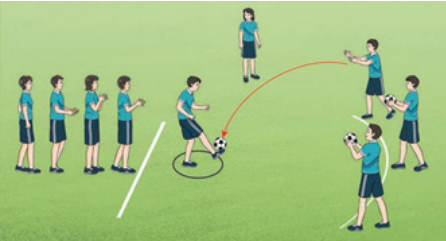
HOẠT ĐỘNG HÌNH THÀNH KIẾN THỨC MỚI

- 1. Mục tiêu:** Hình thành ở HS kiến thức, kĩ năng thực hiện dùng bóng bổng bằng mu giữa bàn chân, biết cách luyện tập.
- 2. Nội dung:** Kĩ thuật dùng bóng bổng bằng mu giữa bàn chân.
- 3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:**

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Sử dụng hình ảnh trực quan hoặc video (nếu có), phân tích thị phạm động tác mẫu kĩ thuật dùng bóng bổng bằng mu giữa bàn chân; cách luyện tập.	– Quan sát, ghi nhớ cấu trúc, trình tự kĩ thuật dùng bóng bổng bằng mu giữa bàn chân.	– HS hình thành biểu tượng đúng về kĩ thuật dùng bóng bổng bằng mu giữa bàn chân.
– Cho HS đồng loạt luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV về kĩ thuật dùng bóng bổng bằng mu giữa bàn chân.	– Luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV.	– HS bước đầu thực hiện kĩ thuật dùng bóng bổng bằng mu giữa bàn chân và biết phương pháp luyện tập.
– Chỉ dẫn các sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.	– Chú ý lắng nghe, tự sửa chữa.	– HS nhận biết được những sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.

HOẠT ĐỘNG LUYỆN TẬP

1. Mục tiêu: Thực hành luyện tập kĩ thuật dừng bóng bằng mu giữa bàn chân.
2. Nội dung: Luyện tập kĩ thuật dừng bóng bằng mu giữa bàn chân.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Phổ biến nội dung, yêu cầu và hướng dẫn trình tự luyện tập.	– Chú ý lắng nghe và quan sát.	– HS biết được nội dung, yêu cầu và trình tự luyện tập.
– Tổ chức các hình thức luyện tập. – Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn hoạt động luyện tập của HS	Luyện tập nhóm Luân phiên chỉ huy nhóm luyện tập: – Tại chỗ dừng bóng bằng mu giữa bàn chân, bóng do hai hoặc ba bạn đứng đối diện lần lượt tung đến, mỗi bạn thực hiện 3 – 5 lần.  – Di chuyển sang phải, sang trái dừng bóng bằng mu giữa bàn chân. Bóng do hai bạn đứng đối diện luân phiên tung đến, mỗi bạn thực hiện 3 – 5 lần. – Tại chỗ quay các hướng dừng bóng bằng mu giữa bàn chân và chuyền bóng cho bạn hỗ trợ bằng các kĩ thuật đã học. Bóng do ba (hoặc bốn) bạn lần lượt tung đến, mỗi bạn thực hiện 3 – 5 lần 	– HS thực hiện được đúng số lần và cự li.
– Hướng dẫn HS phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.		– HS tự phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.

HOẠT ĐỘNG VẬN DỤNG

1. Mục tiêu: HS vận dụng được nội dung bài học vào thực tiễn học tập hoặc cuộc sống.
2. Nội dung: Vận dụng bài tập kĩ thuật dừng bóng bằng mu giữa bàn chân để rèn luyện năng lực phối hợp vận động.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Hướng dẫn HS vận dụng trong quá trình luyện tập: Thay đổi nội dung và yêu cầu tập luyện theo hướng: Tăng dần cự li và tốc độ thực hiện các bài tập tại chỗ và di chuyển dừng bóng bằng mu giữa bàn chân; từ chân thuận đến chân không thuận; phối hợp dừng bóng với thực hiện các kĩ thuật khác	– Vận dụng bài tập kĩ thuật dừng bóng bằng mu giữa bàn chân.	– HS biết vận dụng: Bài tập kĩ thuật dừng bóng bằng mu giữa bàn chân để rèn luyện năng lực phối hợp vận động trong quá trình luyện tập.
– Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng: “Trong thi đấu bóng đá, dừng bóng có cần thiết phải để bóng nằm tại chỗ hay không?”	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi vận dụng.	Đáp án câu hỏi vận dụng: Không. Có thể phối hợp tạo ra vị trí bóng tiếp đất phù hợp với hướng dự định di chuyển.
– Giao nhiệm vụ cho HS luyện tập vào thời gian rèn luyện thể dục hằng ngày, có sản phẩm bằng hình ảnh hoặc video.	– Cá nhân chủ động thực hiện nhiệm vụ GV giao, có báo cáo (kèm theo minh chứng) hoặc trình diễn kết quả.	– Video tự luyện tập bài tập kĩ thuật dừng bóng bằng mu giữa bàn chân để rèn luyện năng lực phối hợp vận động khi rèn luyện thể dục hằng ngày.

HOẠT ĐỘNG KẾT THÚC

1. Mục tiêu: Đưa cơ thể HS trở về trạng thái ban đầu sau giờ học.
2. Nội dung: Hồi phục sau luyện tập; nhận xét, đánh giá kết quả học tập của HS.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Hướng dẫn HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Tự tổ chức thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Cơ thể HS được thả lỏng.

– Nhận xét về thái độ, đánh giá kết quả học tập và vận dụng của HS.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét.	– HS biết được kết quả học tập và vận dụng của bản thân.
– Hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét và hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới. Có thể đề xuất ý kiến với GV.	– HS biết nội dung cần chuẩn bị cho bài học tiếp theo.

TIẾT 7, 8. PHỐI HỢP KỸ THUẬT DỪNG BÓNG BỔNG BẰNG MU GIỮA BÀN CHÂN

I. MỤC TIÊU

1. Kiến thức

Hiểu được cấu trúc và cách luyện tập phối hợp kỹ thuật dừng bóng bổng bằng mu giữa bàn chân.

2. Năng lực

- Phối hợp được kỹ thuật dừng bóng bổng bằng mu giữa bàn chân; biết cách luyện tập và tổ chức luyện tập.
- Biết lựa chọn trò chơi và các bài tập vận động phù hợp với nội dung bài học để rèn luyện hằng ngày.
- Có sự phát triển về năng lực liên kết vận động và năng lực nhịp điệu.

3. Phẩm chất

Tự chủ, sáng tạo trong học tập và tự rèn luyện thân thể.

II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU

- Sân tập TDTT hoặc nhà tập thể chất.
- Dụng cụ, trang thiết bị: Còi, bộ tranh ảnh, dụng cụ phục vụ dạy học và luyện tập Bóng đá.
- SGK *Giáo dục thể chất 9* (Bộ sách *Kết nối tri thức với cuộc sống*).

III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC

HOẠT ĐỘNG MỞ ĐẦU

1. Mục tiêu: Cơ thể HS đạt trạng thái sẵn sàng thực hiện các bài tập vận động.
2. Nội dung: Khởi động tư duy, chuẩn bị tâm thế và khởi động cơ thể.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Nhận lớp, kiểm tra sĩ số, tình hình sức khoẻ học sinh.	– Chỉ huy tập trung lớp, đóng hàng và báo cáo sĩ số.	– HS xếp thành 3 hoặc 4 hàng ngang.
– Phổ biến mục tiêu, nội dung, nhiệm vụ học tập.	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết được nội dung bài học.
– Khởi động chung: Chạy chậm theo vòng tròn, xoay các khớp, ép dọc, ép ngang.	– Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng ngang).	– HS thực hiện đủ số lần theo nhịp hô của chỉ huy.
– Khởi động chuyên môn: Chạy bước nhỏ, chạy nâng cao đùi, chạy đạp sau, chạy tăng tốc độ cự li 10 – 15 m; dẫn bóng bằng mu giữa bàn chân tăng dần tốc độ cự li 15 – 20 m; tăng bóng bằng mu giữa bàn chân; đá bóng qua lại bằng lòng bàn chân cự li 8 – 10 m	– Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng dọc).	– HS thực hiện đủ 15 lần mỗi bên.

HOẠT ĐỘNG HÌNH THÀNH KIẾN THỨC MỚI

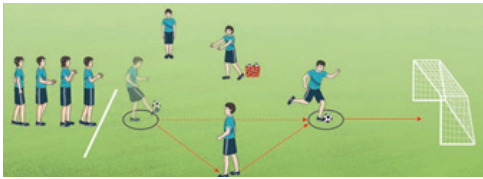
1. Mục tiêu: HS hiểu về kiến thức, kĩ năng thực hiện phối hợp kĩ thuật dừng bóng bằng mu giữa bàn chân, biết cách luyện tập.
2. Nội dung: Phối hợp kĩ thuật dừng bóng bằng mu giữa bàn chân.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Sử dụng hình ảnh trực quan hoặc video (nếu có), phân tích thị phạm động tác mẫu phối hợp kĩ thuật dừng bóng bằng mu giữa bàn chân (Phối hợp dừng bóng bằng mu giữa bàn chân, chuyền bóng và đá bóng vào cầu môn); cách luyện tập.	– Quan sát, ghi nhớ cấu trúc, trình tự phối hợp kĩ thuật dừng bóng bằng mu giữa bàn chân (Phối hợp dừng bóng bằng mu giữa bàn chân, chuyền bóng và đá bóng vào cầu môn).	– HS hình thành biểu tượng đúng về phối hợp kĩ thuật dừng bóng bằng mu giữa bàn chân (Phối hợp dừng bóng bằng mu giữa bàn chân, chuyền bóng và đá bóng vào cầu môn).
– Cho HS đồng loạt luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV về phối hợp dừng bóng bằng mu giữa bàn chân, chuyền bóng và đá bóng vào cầu môn.	– Luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV.	– HS bước đầu thực hiện phối hợp dừng bóng bằng mu giữa bàn chân, chuyền bóng và đá bóng vào cầu môn và biết phương pháp luyện tập.

– Chỉ dẫn các sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.	– Chú ý lắng nghe, tự sửa chữa.	– HS nhận biết được những sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.
--	---------------------------------	--

HOẠT ĐỘNG LUYỆN TẬP

1. Mục tiêu: Thực hành luyện tập phối hợp kĩ thuật dừng bóng bằng mu giữa bàn chân.
2. Nội dung: Luyện tập phối hợp kĩ thuật dừng bóng bằng mu giữa bàn chân.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Phổ biến nội dung, yêu cầu và hướng dẫn trình tự luyện tập.	– Chú ý lắng nghe và quan sát.	– HS biết được nội dung, yêu cầu và trình tự luyện tập.
– Tổ chức các hình thức luyện tập. – Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn hoạt động luyện tập của HS.	Luyện tập nhóm Luân phiên chỉ huy nhóm luyện tập: Phối hợp dừng bóng bằng mu, chuyền bóng, di chuyển đón bóng và đá bóng vào cầu môn, thực hiện lần lượt 3 – 5 lần 	– HS thực hiện được đúng số lần và cự li.
– Hướng dẫn HS phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.		– HS tự phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.
– Trò chơi phát triển sức nhanh: “Bật nhảy xoay người 1800” (SGK GDTC 9 tr. 74).	– Hoạt động cả lớp (đứng theo đội hình trò chơi quy định).	– HS phát triển khả năng phối hợp vận động và vui vẻ khi thực hiện trò chơi.

HOẠT ĐỘNG VẬN DỤNG

1. Mục tiêu: HS vận dụng được nội dung bài học vào thực tiễn học tập hoặc cuộc sống.
2. Nội dung: Vận dụng bài tập phối hợp kĩ thuật dừng bóng bằng mu giữa bàn chân.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
------------------------------------	--------------------------------	--

– Hướng dẫn HS vận dụng trong quá trình luyện tập: Thay đổi nội dung và yêu cầu tập luyện theo hướng: Tăng dần cự li và tốc độ thực hiện các bài tập tại chỗ và di chuyển dừng bóng bổng bằng mu giữa bàn chân; từ chân thuận đến chân không thuận; phối hợp dừng bóng với thực hiện các kĩ thuật khác.	– Vận dụng bài tập phối hợp kĩ thuật dừng bóng bổng bằng mu giữa bàn chân.	– HS biết vận dụng: Bài tập phối hợp kĩ thuật dừng bóng bổng bằng mu giữa bàn chân để rèn luyện khả năng phối hợp vận động trong quá trình luyện tập.
– Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng: “+ <i>Câu 1. Những bài tập bổ trợ nào có tác dụng nâng cao khả năng dừng bóng bổng bằng mu giữa bàn chân?</i> + <i>Câu 2. Trong luyện tập dừng bóng bổng bằng mu giữa bàn, thường xuất hiện những lỗi sai nào?</i> ”	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi vận dụng.	Đáp án câu hỏi vận dụng: + Câu 1. Tăng bóng bổng bằng mu giữa bàn chân; tại chỗ luân phiên bật nhảy đổi chân hoặc di chuyển phối hợp đá lăng căng chân ra trước; di chuyển ngang, dọc phối hợp dừng bóng bổng bằng mu giữa bàn chân với đường bóng do HS khác tung đến. + Câu 2. Xác định không chính xác điểm rơi của bóng; bàn chân tiếp xúc bóng không đúng vị trí; tốc độ hoãn xung không phù hợp với tốc độ bóng đến...
– Giao nhiệm vụ cho HS luyện tập vào thời gian rèn luyện thể dục hằng ngày, có sản phẩm bằng hình ảnh hoặc video.	– Cá nhân chủ động thực hiện nhiệm vụ GV giao, có báo cáo (kèm theo minh chứng) hoặc trình diễn kết quả.	– Video tự luyện tập bài tập phối hợp kĩ thuật dừng bóng bổng bằng mu giữa bàn chân để rèn luyện khả năng phối hợp vận động khi rèn luyện thể dục hằng ngày.

HOẠT ĐỘNG KẾT THÚC

1. Mục tiêu: Đưa cơ thể HS trở về trạng thái ban đầu sau giờ học.
2. Nội dung: Hồi phục sau luyện tập; nhận xét, đánh giá kết quả học tập của HS.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
-----------------------------	-------------------------	---------------------------------

– Hướng dẫn HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Tự tổ chức thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Cơ thể HS được thả lỏng.
– Nhận xét về thái độ, đánh giá kết quả học tập và vận dụng của HS.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét.	– HS biết được kết quả học tập và vận dụng của bản thân.
– Hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét và hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới. Có thể đề xuất ý kiến với GV.	– HS biết nội dung cần chuẩn bị cho bài học tiếp theo.

BÀI 3. KỸ THUẬT DẪN BÓNG BẰNG MU NGOÀI BÀN CHÂN (8 TIẾT)

TIẾT 1, 2, 3. KỸ THUẬT DẪN BÓNG BẰNG MU NGOÀI BÀN CHÂN

I. MỤC TIÊU

1. Kiến thức

Nhận biết được nội dung, yêu cầu kỹ thuật dẫn **bóng bằng mu** ngoài **bàn chân**, biết cách luyện tập.

2. Năng lực

Thực hiện được kỹ thuật dẫn bóng bằng mu ngoài bàn chân, biết cách luyện tập và tổ chức luyện tập.

3. Phẩm chất

Chủ động giữ gìn an toàn trong luyện tập cho bản thân và cho các bạn.

II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU

- Sân tập TDTT hoặc nhà tập thể chất.
- Dụng cụ, trang thiết bị: Còi, bộ tranh ảnh, dụng cụ phục vụ dạy học và luyện tập Bóng đá.
- SGK *Giáo dục thể chất 9* (Bộ sách *Kết nối tri thức với cuộc sống*).

III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC

HOẠT ĐỘNG MỞ ĐẦU

1. Mục tiêu: Giúp HS có nhận biết bước đầu về cấu trúc kỹ thuật dẫn bóng bằng mu ngoài bàn chân, biết cách luyện tập; cơ thể HS đạt trạng thái sẵn sàng thực hiện các bài tập vận động.
2. Nội dung: Khởi động tư duy, chuẩn bị tâm thế và khởi động cơ thể.

3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Nhận lớp, kiểm tra sĩ số, tình hình sức khoẻ học sinh.	– Chỉ huy tập trung lớp, đóng hàng và báo cáo sĩ số.	– HS xếp thành 3 hoặc 4 hàng ngang.
– Phổ biến mục tiêu, nội dung, nhiệm vụ học tập.	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết được nội dung bài học.
– Đặt câu hỏi để thu hút, kích lệ sự tập trung chú ý và khai thác vốn hiểu biết của HS đối với nội dung tiết học: “Hãy kể tên các kĩ thuật dẫn bóng đã học.”	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi của GV.	– HS hình thành được mối liên hệ với nội dung bài học. Đáp án: Dẫn bóng bằng lòng bàn chân; bằng mu giữa bàn chân; bằng mu trong bàn chân.
– Khởi động chung: Chạy chậm theo địa hình tự nhiên, xoay các khớp, ép dọc, ép ngang.	– Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng ngang).	– HS thực hiện đủ số lần theo nhịp hô của chỉ huy.
– Khởi động chuyên môn: Tang bóng bằng mu giữa bàn chân; dẫn bóng bằng mu trong bàn chân trên đường thẳng, đường vòng từ chậm đến nhanh cự li 15 – 20 m; đá bóng qua lại bằng mu giữa bàn chân cự li 10 – 15 m	– Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng dọc).	– HS thực hiện đủ 15 lần mỗi bên.

HOẠT ĐỘNG HÌNH THÀNH KIẾN THỨC MỚI

1. Mục tiêu: Hình thành ở HS kiến thức, kĩ năng thực hiện kĩ thuật dẫn bóng bằng mu ngoài bàn chân, biết cách luyện tập.
2. Nội dung: Kĩ thuật dẫn bóng bằng mu ngoài bàn chân.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

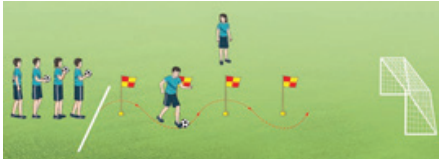
<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Giới thiệu mục đích, tác dụng của kĩ thuật dẫn bóng bằng mu ngoài bàn chân.	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết được mục đích, tác dụng của kĩ thuật dẫn bóng bằng mu ngoài bàn chân.

– Sử dụng hình ảnh trực quan hoặc video (nếu có), phân tích thị phạm động tác mẫu kỹ thuật dẫn bóng bằng mu ngoài bàn chân; cách luyện tập.	– Quan sát, ghi nhớ cấu trúc, trình tự kỹ thuật dẫn bóng bằng mu ngoài bàn chân.	– HS hình thành biểu tượng đúng về kỹ thuật dẫn bóng bằng mu ngoài bàn chân.
– Cho HS đồng loạt luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV về kỹ thuật dẫn bóng bằng mu ngoài bàn chân.	– Luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV.	– HS bước đầu thực hiện kỹ thuật dẫn bóng bằng mu ngoài bàn chân và biết phương pháp luyện tập.
– Chỉ dẫn các sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.	– Chú ý lắng nghe, tự sửa chữa.	– HS nhận biết được những sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.

HOẠT ĐỘNG LUYỆN TẬP

1. Mục tiêu: Thực hành luyện tập kỹ thuật dẫn bóng bằng mu ngoài bàn chân.
2. Nội dung: Luyện tập kỹ thuật dẫn bóng bằng mu ngoài bàn chân.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

GV tổ chức hoạt động	Hoạt động của HS	Kết quả/sản phẩm học tập
– Phổ biến nội dung, yêu cầu và hướng dẫn trình tự luyện tập.	– Chú ý lắng nghe và quan sát.	– HS biết được nội dung, yêu cầu và trình tự luyện tập.
– Tổ chức các hình thức luyện tập. – Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn hoạt động luyện tập của HS.	a) Luyện tập cá nhân HS tự hô khẩu lệnh: – Luyện tập không bóng: Tại chỗ và di chuyển ra trước mô phỏng kỹ thuật dẫn bóng bằng mu ngoài bàn chân, luân phiên đổi chân, thực hiện 3 – 5 lần. – Luyện tập có bóng: + Dẫn bóng trên đường thẳng bằng mu ngoài bàn chân từ chậm đến nhanh, từ chân thuận đến chân không thuận cự li 10 – 15 m, thực hiện 3 – 5 lần. + Dẫn bóng trên đường vòng bằng mu ngoài bàn chân từ chậm đến nhanh, từ chân thuận đến chân không thuận cự li 10 – 15 m, thực hiện 3 – 5 lần.	– HS thực hiện được đúng số lần và cự li.

	b) Luyện tập cặp đôi Luân phiên chỉ huy nhóm luyện tập: Dẫn bóng luôn cọc bằng mu ngoài bàn chân (bằng chân phải khi vòng sang phải và ngược lại) từ chậm đến nhanh. Khi qua cọc cuối, thực hiện đá bóng vào cầu môn từ khoảng cách 6 – 8 m, mỗi bạn thực hiện 2 – 3 lần.	
– Hướng dẫn HS phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.		– HS tự phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.

HOẠT ĐỘNG VẬN DỤNG

1. Mục tiêu: HS vận dụng được nội dung bài học vào thực tiễn học tập hoặc cuộc sống.
2. Nội dung: Vận dụng bài tập kỹ thuật dẫn bóng bằng mu ngoài bàn chân để rèn luyện năng lực phối hợp vận động.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Hướng dẫn HS vận dụng trong quá trình luyện tập: Thay đổi nội dung và yêu cầu tập luyện theo hướng: Tăng dần cự li, tốc độ và hướng thực hiện các bài tập dẫn bóng bằng mu ngoài bàn chân thuận, chân không thuận; luân phiên dẫn bóng bằng mu ngoài bàn chân thuận và chân không thuận; phối hợp dừng bóng, dẫn bóng, chuyền bóng và đá bóng vào cầu môn.	– Vận dụng bài tập kỹ thuật dẫn bóng bằng mu ngoài bàn chân.	– HS biết vận dụng: Bài tập kỹ thuật dẫn bóng bằng mu ngoài bàn chân để rèn luyện năng lực phối hợp vận động trong quá trình luyện tập.
– Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng: “So sánh sự khác biệt giữa dẫn bóng bằng mu ngoài bàn chân trên đường thẳng và đường vòng”	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi vận dụng.	Đáp án câu hỏi vận dụng: Khác nhau cơ bản giữa dẫn bóng bằng mu ngoài bàn chân trên đường thẳng và đường vòng là: mức độ xoay bàn chân vào trong khi tiếp xúc bóng; vị trí tiếp xúc giữa mu ngoài bàn chân và bóng.

– Giao nhiệm vụ cho HS luyện tập vào thời gian rèn luyện thể dục hằng ngày, có sản phẩm bằng hình ảnh hoặc video.	– Cá nhân chủ động thực hiện nhiệm vụ GV giao, có báo cáo (kèm theo minh chứng) hoặc trình diễn kết quả.	– Video tự luyện tập bài tập kỹ thuật dẫn bóng bằng mu ngoài bàn chân để rèn luyện năng lực phối hợp vận động khi rèn luyện thể dục hằng ngày.
---	--	--

HOẠT ĐỘNG KẾT THÚC

1. Mục tiêu: Đưa cơ thể HS trở về trạng thái ban đầu sau giờ học.
2. Nội dung: Hồi phục sau luyện tập; nhận xét, đánh giá kết quả học tập của HS.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Hướng dẫn HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Tự tổ chức thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Cơ thể HS được thả lỏng.
– Nhận xét về thái độ, đánh giá kết quả học tập và vận dụng của HS.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét.	– HS biết được kết quả học tập và vận dụng của bản thân.
– Hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét và hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới. Có thể đề xuất ý kiến với GV.	– HS biết nội dung cần chuẩn bị cho bài học tiếp theo.

TIẾT 4, 5, 6. LUYỆN TẬP KỸ THUẬT DẪN BÓNG BẰNG MU NGOÀI BÀN CHÂN

I. MỤC TIÊU

1. Kiến thức

Nhận biết được nội dung, yêu cầu kỹ thuật dẫn bóng bằng mu ngoài bàn chân, biết cách luyện tập.

2. Năng lực

- Thực hiện được kỹ thuật dẫn bóng bằng mu ngoài bàn chân, biết cách luyện tập và tổ chức luyện tập.
- Biết một số điều luật cơ bản trong thi đấu bóng đá 7 người.

3. Phẩm chất

Chủ động giữ gìn an toàn trong luyện tập cho bản thân và cho các bạn.

II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU

- Sân tập TDTT hoặc nhà tập thể chất.
- Dụng cụ, trang thiết bị: Còi, bộ tranh ảnh, dụng cụ phục vụ dạy học và luyện tập Bóng đá.
- SGK *Giáo dục thể chất 9* (Bộ sách *Kết nối tri thức với cuộc sống*).

III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC

HOẠT ĐỘNG MỞ ĐẦU

1. Mục tiêu: Cơ thể HS đạt trạng thái sẵn sàng thực hiện các bài tập vận động.
2. Nội dung: Khởi động tư duy, chuẩn bị tâm thế và khởi động cơ thể.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Nhận lớp, kiểm tra sĩ số, tình hình sức khoẻ học sinh.	– Chỉ huy tập trung lớp, đóng hàng và báo cáo sĩ số.	– HS xếp thành 3 hoặc 4 hàng ngang.
– Phổ biến mục tiêu, nội dung, nhiệm vụ học tập.	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết được nội dung bài học.
– Đặt câu hỏi để thu hút, kích lệ sự tập trung chú ý và khai thác vốn hiểu biết của HS đối với nội dung tiết học: “Tại sao cần phải luyện tập kỹ thuật dẫn bóng bằng mu ngoài bàn chân?”	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi của GV.	– HS hình thành được mối liên hệ với nội dung bài học. Đáp án: Đa dạng hoá khả năng sử dụng các vị trí trên bàn chân để dẫn bóng; nâng cao tính ứng dụng kỹ thuật dẫn bóng trong các tình huống khác nhau của hoạt động luyện tập và thi đấu; nâng cao tính linh hoạt, tính bất ngờ khi dẫn bóng vượt qua sự phòng thủ của đối phương.
– Khởi động chung: Chạy chậm theo vòng tròn, xoay các khớp, ép dọc, ép ngang.	– Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng ngang).	– HS thực hiện đủ số lần theo nhịp hô của chỉ huy.
– Trò chơi hỗ trợ khởi động: “Đá bóng trúng đích” (SGK GDTC 9 tr. 75).	– Hoạt động cả lớp (đứng theo đội hình trò chơi quy định).	– HS được vận động và vui vẻ khi thực hiện trò chơi.

HOẠT ĐỘNG HÌNH THÀNH KIẾN THỨC MỚI

1. Mục tiêu: Hình thành ở HS kiến thức, kỹ năng thực hiện kỹ thuật dẫn bóng bằng mu ngoài bàn chân, biết cách luyện tập; biết một số điều luật cơ bản trong thi đấu bóng đá 7 người.

2. Nội dung: Kỹ thuật dẫn bóng bằng mu ngoài bàn chân; một số điều luật cơ bản trong thi đấu bóng đá 7 người.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

GV tổ chức hoạt động	Hoạt động của HS	Kết quả/sản phẩm học tập
– Giới thiệu và phân tích một số điều luật cơ bản trong thi đấu bóng đá 7 người.	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết được một số điều luật cơ bản trong thi đấu bóng đá 7 người.
– Sử dụng hình ảnh trực quan hoặc video (nếu có), phân tích thị phạm động tác mẫu kỹ thuật dẫn bóng bằng mu ngoài bàn chân; cách luyện tập.	– Quan sát, ghi nhớ cấu trúc, trình tự kỹ thuật dẫn bóng bằng mu ngoài bàn chân.	– HS hình thành biểu tượng đúng về kỹ thuật dẫn bóng bằng mu ngoài bàn chân.
– Cho HS đồng loạt luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV về kỹ thuật dẫn bóng bằng mu ngoài bàn chân.	– Luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV.	– HS bước đầu thực hiện kỹ thuật dẫn bóng bằng mu ngoài bàn chân và biết phương pháp luyện tập.
– Chỉ dẫn các sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.	– Chú ý lắng nghe, tự sửa chữa.	– HS nhận biết được những sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.

HOẠT ĐỘNG LUYỆN TẬP

1. Mục tiêu: Thực hành luyện tập kỹ thuật dẫn bóng bằng mu ngoài bàn chân.
2. Nội dung: Luyện tập kỹ thuật dẫn bóng bằng mu ngoài bàn chân.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

GV tổ chức hoạt động	Hoạt động của HS	Kết quả/sản phẩm học tập
– Phổ biến nội dung, yêu cầu và hướng dẫn trình tự luyện tập.	– Chú ý lắng nghe và quan sát.	– HS biết được nội dung, yêu cầu và trình tự luyện tập.
– Tổ chức các hình thức luyện tập. – Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn hoạt động luyện tập của HS.	a) Luyện tập cá nhân – Luyện tập có bóng: + Dẫn bóng trên đường thẳng bằng mu ngoài bàn chân từ chậm đến nhanh, từ chân thuận đến chân không thuận cự li 10 – 15 m, thực hiện 3 – 5 lần. + Dẫn bóng trên đường vòng bằng mu ngoài bàn chân từ chậm đến nhanh, từ chân thuận đến chân không thuận cự li 10 – 15 m, thực hiện 3 – 5 lần.	– HS thực hiện được đúng số lần và cự li.

	b) Luyện tập nhóm Luân phiên chỉ huy nhóm luyện tập: – Dẫn bóng luân cọc bằng mu ngoài bàn chân (bằng chân phải khi vòng sang phải và ngược lại) từ chậm đến nhanh. Khi qua cọc cuối, thực hiện đá bóng vào cầu môn từ khoảng cách 6 – 8 m, mỗi bạn thực hiện 2 – 3 lần.	
– Hướng dẫn HS phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.		– HS tự phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.

HOẠT ĐỘNG VẬN DỤNG

1. Mục tiêu: HS vận dụng được nội dung bài học vào thực tiễn học tập hoặc cuộc sống.
2. Nội dung: Vận dụng bài tập kĩ thuật dẫn bóng bằng mu ngoài bàn chân để rèn luyện năng lực phối hợp vận động.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Hướng dẫn HS vận dụng trong quá trình luyện tập: Thay đổi nội dung và yêu cầu tập luyện theo hướng: Tăng dần cự li, tốc độ và hướng thực hiện các bài tập dẫn bóng bằng mu ngoài bàn chân thuận, chân không thuận; luân phiên dẫn bóng bằng mu ngoài bàn chân thuận và chân không thuận; phối hợp dừng bóng, dẫn bóng, chuyền bóng và đá bóng vào cầu môn.	– Vận dụng bài tập kĩ thuật dẫn bóng bằng mu ngoài bàn chân.	– HS biết vận dụng: Bài tập kĩ thuật dẫn bóng bằng mu ngoài bàn chân để rèn luyện năng lực phối hợp vận động trong quá trình luyện tập.

– Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng: “Hãy nêu những sai sót thường gặp trong luyện tập dẫn bóng bằng mu ngoài bàn chân.”	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi vận dụng.	Đáp án câu hỏi vận dụng: Chân dẫn bóng tiếp xúc bóng vào thời điểm chân trụ đặt ở phía trước bóng; dùng lực quá mạnh khi tiếp xúc bóng; để bóng lăn ra trước quá xa, quá nhanh so với vị trí và tốc độ di chuyển...
– Giao nhiệm vụ cho HS luyện tập vào thời gian rèn luyện thể dục hằng ngày, có sản phẩm bằng hình ảnh hoặc video.	– Cá nhân chủ động thực hiện nhiệm vụ GV giao, có báo cáo (kèm theo minh chứng) hoặc trình diễn kết quả.	– Video tự luyện tập bài tập kỹ thuật dẫn bóng bằng mu ngoài bàn chân để rèn luyện năng lực phối hợp vận động khi rèn luyện thể dục hằng ngày.

HOẠT ĐỘNG KẾT THÚC

1. Mục tiêu: Đưa cơ thể HS trở về trạng thái ban đầu sau giờ học.
2. Nội dung: Hồi phục sau luyện tập; nhận xét, đánh giá kết quả học tập của HS.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Hướng dẫn HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Tự tổ chức thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Cơ thể HS được thả lỏng.
– Nhận xét về thái độ, đánh giá kết quả học tập và vận dụng của HS.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét.	– HS biết được kết quả học tập và vận dụng của bản thân.
– Hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét và hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới. Có thể đề xuất ý kiến với GV.	– HS biết nội dung cần chuẩn bị cho bài học tiếp theo.

TIẾT 7, 8. PHỐI HỢP KỸ THUẬT DẪN BÓNG BẰNG MU NGOÀI BÀN CHÂN

I. MỤC TIÊU

1. Kiến thức

Hiểu được cấu trúc và cách luyện tập phối hợp kỹ thuật dẫn bóng bằng mu ngoài bàn chân.

2. Năng lực

- Phối hợp được kĩ thuật dẫn bóng bằng mu ngoài bàn chân, biết cách luyện tập và tổ chức luyện tập.
- Có sự phát triển về sức mạnh, thể lực chung và năng lực liên kết vận động.

3. Phẩm chất

Chủ động giữ gìn an toàn trong luyện tập cho bản thân và cho các bạn.

II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU

- Sân tập TDTT hoặc nhà tập thể chất.
- Dụng cụ, trang thiết bị: Còi, bộ tranh ảnh, dụng cụ phục vụ dạy học và luyện tập Bóng đá.
- SGK *Giáo dục thể chất 9* (Bộ sách *Kết nối tri thức với cuộc sống*).

III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC

HOẠT ĐỘNG MỞ ĐẦU

1. Mục tiêu: Cơ thể HS đạt trạng thái sẵn sàng thực hiện các bài tập vận động.
2. Nội dung: Khởi động tư duy, chuẩn bị tâm thế và khởi động cơ thể.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Nhận lớp, kiểm tra sĩ số, tình hình sức khỏe học sinh.	– Chỉ huy tập trung lớp, dóng hàng và báo cáo sĩ số.	– HS xếp thành 3 hoặc 4 hàng ngang.
– Phổ biến mục tiêu, nội dung, nhiệm vụ học tập.	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết được nội dung bài học.
– Đặt câu hỏi để thu hút, kích lệ sự tập trung chú ý và khai thác vốn hiểu biết của HS đối với nội dung tiết học: “Hãy kể tên các kĩ thuật dẫn bóng đã học.”	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi của GV.	– HS hình thành được mối liên hệ với nội dung bài học. Đáp án: Dẫn bóng bằng lòng bàn chân; bằng mu giữa bàn chân; bằng mu trong bàn chân.
– Khởi động chung: Chạy chậm theo địa hình tự nhiên, xoay các khớp, ép dọc, ép ngang.	– Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng ngang).	– HS thực hiện đủ số lần theo nhịp hô của chỉ huy.

– Khởi động chuyên môn: Tang bóng bằng mu giữa bàn chân; dẫn bóng bằng mu trong bàn chân trên đường thẳng, đường vòng từ chậm đến nhanh cự li 15 – 20 m; đá bóng qua lại bằng mu giữa bàn chân cự li 10 – 15 m	– Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng dọc).	– HS thực hiện đủ 15 lần mỗi bên.
--	--	-----------------------------------

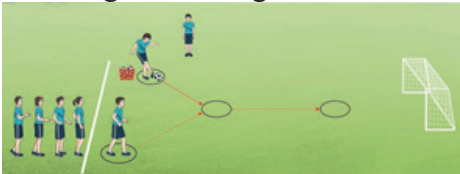
HOẠT ĐỘNG HÌNH THÀNH KIẾN THỨC MỚI

1. Mục tiêu: HS hiểu về kiến thức, kĩ năng thực hiện phối hợp kĩ thuật dẫn bóng bằng mu ngoài bàn chân, biết cách luyện tập.
2. Nội dung: Phối hợp kĩ thuật dẫn bóng bằng mu ngoài bàn chân.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Sử dụng hình ảnh trực quan hoặc video (nếu có), phân tích thị phạm động tác mẫu phối hợp kĩ thuật dẫn bóng bằng mu ngoài bàn chân (Phối hợp chuyển bóng, dừng bóng, dẫn bóng và đá bóng vào cầu môn); cách luyện tập.	– Quan sát, ghi nhớ cấu trúc, trình tự phối hợp kĩ thuật dẫn bóng bằng mu ngoài bàn chân (Phối hợp chuyển bóng, dừng bóng, dẫn bóng và đá bóng vào cầu môn).	– HS hình thành biểu tượng đúng về phối hợp kĩ thuật dẫn bóng bằng mu ngoài bàn chân (Phối hợp chuyển bóng, dừng bóng, dẫn bóng và đá bóng vào cầu môn).
– Cho HS đồng loạt luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV về phối hợp kĩ thuật dẫn bóng bằng mu ngoài bàn chân (Phối hợp chuyển bóng, dừng bóng, dẫn bóng và đá bóng vào cầu môn).	– Luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV.	– HS bước đầu thực hiện phối hợp kĩ thuật dẫn bóng bằng mu ngoài bàn chân (Phối hợp chuyển bóng, dừng bóng, dẫn bóng và đá bóng vào cầu môn) và biết phương pháp luyện tập.
– Chỉ dẫn các sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.	– Chú ý lắng nghe, tự sửa chữa.	– HS nhận biết được những sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.

HOẠT ĐỘNG LUYỆN TẬP

1. Mục tiêu: Thực hành luyện tập phối hợp kĩ thuật dẫn bóng bằng mu ngoài bàn chân.
2. Nội dung: Luyện tập phối hợp kĩ thuật dẫn bóng bằng mu ngoài bàn chân.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

GV tổ chức hoạt động	Hoạt động của HS	Kết quả/sản phẩm học tập
– Phổ biến nội dung, yêu cầu và hướng dẫn trình tự luyện tập.	– Chú ý lắng nghe và quan sát.	– HS biết được nội dung, yêu cầu và trình tự luyện tập.
– Tổ chức các hình thức luyện tập. – Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn hoạt động luyện tập của HS.	Luyện tập nhóm Luân phiên chỉ huy nhóm luyện tập: Phối hợp chuyền bóng, dừng bóng, dẫn bóng và đá bóng vào cầu môn 	– HS thực hiện được đúng số lần và cự li.
– Hướng dẫn HS phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.		– HS tự phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.
– Trò chơi phát triển sức nhanh: “Di chuyển đồng đội” (SGK GDTC 9 tr. 79).	– Hoạt động cả lớp (đứng theo đội hình trò chơi quy định).	– HS phát triển khả năng phối hợp vận động và vui vẻ khi thực hiện trò chơi.

HOẠT ĐỘNG VẬN DỤNG

1. Mục tiêu: HS vận dụng được nội dung bài học vào thực tiễn học tập hoặc cuộc sống.
2. Nội dung: Vận dụng bài tập phối hợp kỹ thuật dẫn bóng bằng mu ngoài bàn chân.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

GV tổ chức hoạt động	Hoạt động của HS	Kết quả/sản phẩm học tập
– Hướng dẫn HS vận dụng trong quá trình luyện tập: Thay đổi nội dung và yêu cầu tập luyện theo hướng: Tăng dần cự li, tốc độ và hướng thực hiện các bài tập dẫn bóng bằng mu ngoài bàn chân thuận, chân không thuận; luân phiên dẫn bóng bằng mu ngoài bàn chân thuận và chân không thuận; phối hợp dừng bóng, dẫn bóng, chuyền bóng và đá bóng vào cầu môn	– Vận dụng bài tập phối hợp kỹ thuật dẫn bóng bằng mu ngoài bàn chân.	– HS biết vận dụng: Bài tập phối hợp kỹ thuật dẫn bóng bằng mu ngoài bàn chân để rèn luyện khả năng phối hợp vận động trong quá trình luyện tập.
– Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng: “+ Câu 1. Dẫn bóng bằng mu ngoài bàn chân có ưu thế gì? + Câu 2. Tại sao thường phải sử dụng mu ngoài chân phải để dẫn bóng vòng sang phải và ngược lại?”	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi vận dụng.	Đáp án câu hỏi vận dụng: + Câu 1. Chuyển hướng lẫn của bóng ra phía bên ngoài của chân dẫn bóng một cách linh hoạt, thuận lợi.

		+ Câu 2. Thuận lợi cho quá trình chuyển hướng di chuyển; phù hợp với tư thế và hoạt động của bàn chân phải hoặc trái.
– Giao nhiệm vụ cho HS luyện tập vào thời gian rèn luyện thể dục hằng ngày, có sản phẩm bằng hình ảnh hoặc video.	– Cá nhân chủ động thực hiện nhiệm vụ GV giao, có báo cáo (kèm theo minh chứng) hoặc trình diễn kết quả.	– Video tự luyện tập bài tập phối hợp kỹ thuật dẫn bóng bằng mu ngoài bàn chân để rèn luyện khả năng phối hợp vận động khi rèn luyện thể dục hằng ngày.

HOẠT ĐỘNG KẾT THÚC

1. Mục tiêu: Đưa cơ thể HS trở về trạng thái ban đầu sau giờ học.
2. Nội dung: Hồi phục sau luyện tập; nhận xét, đánh giá kết quả học tập của HS.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

GV tổ chức hoạt động	Hoạt động của HS	Kết quả/sản phẩm học tập
– Hướng dẫn HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Tự tổ chức thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Cơ thể HS được thả lỏng.
– Nhận xét về thái độ, đánh giá kết quả học tập và vận dụng của HS.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét.	– HS biết được kết quả học tập và vận dụng của bản thân.
– Hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét và hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới. Có thể đề xuất ý kiến với GV.	– HS biết nội dung cần chuẩn bị cho bài học tiếp theo.

TIẾT KIỂM TRA – ĐÁNH GIÁ NỘI DUNG CHỦ ĐỀ BÓNG ĐÁ HỌC KÌ 1

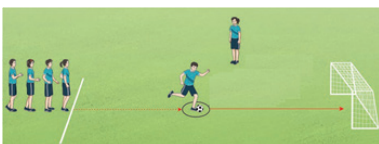
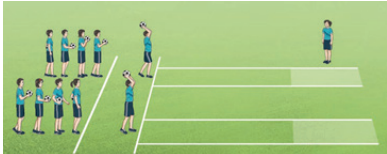
I. MỤC TIÊU

- Kiểm tra Phần hai: Thể thao tự chọn – Chủ đề 2: Bóng đá.
- Vận dụng được kiến thức đã học để làm bài kiểm tra – đánh giá.

II. THIẾT BỊ KIỂM TRA – ĐÁNH GIÁ VÀ HỌC LIỆU

- Sân bóng đá
- Dụng cụ, trang thiết bị: Còi, thước dây, cột cầu môn, quả bóng đá.

III. TỔ CHỨC CÁC HOẠT ĐỘNG KIỂM TRA – ĐÁNH GIÁ

Nội dung kiểm tra	Tổ chức kiểm tra	Tiêu chí đánh giá
HS lựa chọn 1 trong 2 nội dung kiểm tra: 1. Đá bóng đá bóng bằng mu giữa bàn chân. – Thực hiện: Đá bóng vào cầu môn – Yêu cầu: khoảng cách 7 m 2. Ném biên. – Thực hiện: Đá bóng vào cầu môn – Yêu cầu: khoảng cách 7 m	 (Đội hình kiểm tra đá bóng vào cầu môn)  (Đội hình kiểm tra ném bóng)	1. Đá bóng đá bóng bằng mu giữa bàn chân. – Đúng kĩ thuật. – Thực hiện đúng luật bóng đá. – Đường bóng thẳng. – Bóng rơi trong cầu môn. 2. Ném biên. – Đúng kĩ thuật. – Thực hiện đúng luật bóng đá. – Đường bóng xa. – Không phạm quy

Thang đánh giá

GV căn cứ vào: Kiến thức + Năng lực + Thái độ và sự tiến bộ của HS để xây dựng thang đánh giá cho phù hợp.

TIẾT KIỂM TRA – ĐÁNH GIÁ NỘI DUNG CHỦ ĐỀ BÓNG ĐÁ HỌC KÌ 2

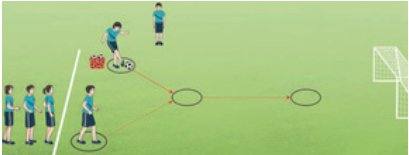
I. MỤC TIÊU

- Kiểm tra Phần hai: Thể thao tự chọn – Chủ đề 2: Bóng đá.
- Vận dụng được kiến thức đã học để làm bài kiểm tra – đánh giá.

II. THIẾT BỊ KIỂM TRA – ĐÁNH GIÁ VÀ HỌC LIỆU

- Sân bóng đá.
- Dụng cụ, trang thiết bị: Còi, thước dây, cột cầu môn, quả bóng đá.

III. TỔ CHỨC CÁC HOẠT ĐỘNG KIỂM TRA – ĐÁNH GIÁ

Nội dung kiểm tra	Tổ chức kiểm tra	Tiêu chí đánh giá
Dẫn bóng bằng mu ngoài bàn chân. – Thực hiện: Phối hợp chuyền bóng, dừng bóng, dẫn bóng và đá bóng vào cầu môn – Yêu cầu: khoảng cách 20 m	 (Đội hình kiểm tra Phối hợp chuyền bóng, dừng bóng, dẫn bóng và đá bóng vào cầu môn)	– Đúng kĩ thuật. – Thực hiện đúng luật bóng đá. – Dẫn bóng nhanh. – Đá bóng vào cầu môn

Thang đánh giá

GV căn cứ vào: Kiến thức + Năng lực + Thái độ và sự tiến bộ của HS để xây dựng thang đánh giá cho phù hợp.

CHỦ ĐỀ 3. BÓNG RỔ

BÀI 1. KỸ THUẬT ĐỘT PHÁ BƯỚC THUẬN (8 TIẾT)

TIẾT 1, 2, 3. KỸ THUẬT TẠI CHỖ ĐỘT PHÁ BƯỚC THUẬN

I. MỤC TIÊU

1. Kiến thức

Nhận biết được nội dung, yêu cầu kỹ thuật tại chỗ đột phá bước thuận, biết cách luyện tập.

2. Năng lực

- Thực hiện được kỹ thuật tại chỗ đột phá bước thuận; biết cách luyện tập và tổ chức luyện tập.
- Biết sử dụng dinh dưỡng đối với luyện tập các môn bóng.

3. Phẩm chất

Có trách nhiệm, hoà đồng với các bạn trong luyện tập và trong các hoạt động tập thể của trường, lớp.

II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU

- Sân tập TDTT hoặc nhà tập thể chất.
- Dụng cụ, trang thiết bị: Còi, bộ tranh ảnh, dụng cụ phục vụ dạy học và luyện tập Bóng rổ.
- SGK *Giáo dục thể chất 9* (Bộ sách *Kết nối tri thức với cuộc sống*).

III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC

HOẠT ĐỘNG MỞ ĐẦU

1. Mục tiêu: Giúp HS có nhận biết bước đầu về cấu trúc kỹ thuật tại chỗ đột phá bước thuận, biết cách luyện tập; cơ thể HS đạt trạng thái sẵn sàng thực hiện các bài tập vận động.
2. Nội dung: Khởi động tư duy, chuẩn bị tâm thế và khởi động cơ thể.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Nhận lớp, kiểm tra sĩ số, tình hình sức khoẻ học sinh.	– Chỉ huy tập trung lớp, đóng hàng và báo cáo sĩ số.	– HS xếp thành 3 hoặc 4 hàng ngang.

– Phổ biến mục tiêu, nội dung, nhiệm vụ học tập.	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết được nội dung bài học.
– Đặt câu hỏi để thu hút, kích lệ sự tập trung chú ý và khai thác vốn hiểu biết của HS đối với nội dung tiết học: “Tại sao phải luyện tập kỹ thuật dẫn bóng đột phá?”	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi của GV.	– HS hình thành được mối liên hệ với nội dung bài học. Đáp án: Là cách thức nâng cao chất lượng và hiệu quả dẫn bóng; rèn luyện khả năng vận dụng linh hoạt kỹ thuật dẫn bóng trong các tình huống bị đối phương cản phá;...
– Khởi động chung: Chạy tại chỗ, xoay các khớp, ép dọc, ép ngang.	– Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng ngang).	– HS thực hiện đủ số lần theo nhịp hô của chỉ huy.
– Khởi động chuyên môn: Tại chỗ dẫn bóng cao, thấp; dẫn bóng nhanh, chậm trên đường thẳng, đường vòng; dẫn bóng quay trước, quay sau, sang phải, sang trái.	– Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng dọc).	– HS thực hiện đủ 1 lần x 15 m.

HOẠT ĐỘNG HÌNH THÀNH KIẾN THỨC MỚI

1. Mục tiêu: Hình thành ở HS kiến thức, kỹ năng thực hiện kỹ thuật tại chỗ đột phá bước thuận, biết cách luyện tập.
2. Nội dung: Kỹ thuật tại chỗ đột phá bước thuận.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Hướng dẫn sử dụng dinh dưỡng đối với luyện tập các môn bóng (SGK GDTC 9 tr.8,9).	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết lựa chọn và sử dụng dinh dưỡng đối với luyện tập các môn bóng nhằm phát triển sức nhanh.
– Giới thiệu mục đích, tác dụng của kỹ thuật tại chỗ đột phá bước thuận.	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết được mục đích, tác dụng của kỹ thuật tại chỗ đột phá bước thuận.
– Sử dụng hình ảnh trực quan hoặc video (nếu có), phân tích thị phạm động tác mẫu kỹ thuật tại chỗ đột phá bước thuận; cách luyện tập.	– Quan sát, ghi nhớ cấu trúc, trình tự kỹ thuật tại chỗ đột phá bước thuận.	– HS hình thành biểu tượng đúng về kỹ thuật tại chỗ đột phá bước thuận.

– Cho HS đồng loạt luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV về kĩ thuật tại chỗ đột phá bước thuận.	– Luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV.	– HS bước đầu thực hiện kĩ thuật tại chỗ đột phá bước thuận và biết phương pháp luyện tập.
– Chỉ dẫn các sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.	– Chú ý lắng nghe, tự sửa chữa.	– HS nhận biết được những sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.

HOẠT ĐỘNG LUYỆN TẬP

1. Mục tiêu: Thực hành luyện tập kĩ thuật tại chỗ đột phá bước thuận.
2. Nội dung: Luyện tập kĩ thuật tại chỗ đột phá bước thuận.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Phổ biến nội dung, yêu cầu và hướng dẫn trình tự luyện tập.	– Chú ý lắng nghe và quan sát.	– HS biết được nội dung, yêu cầu và trình tự luyện tập.
– Tổ chức các hình thức luyện tập. – Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn hoạt động luyện tập của HS.	a) Luyện tập cá nhân HS tự hô khẩu lệnh: – Luyện tập không bóng: Tại chỗ mô phỏng đột phá bước thuận sang phải, sang trái từ chậm đến nhanh (theo thứ tự: Xác định chân trụ, thực hiện bước đầu tiên, xoay người và đưa bóng về hướng đột phá, thực hiện bước thứ hai), mỗi kĩ thuật thực hiện 8 – 10 lần. – Luyện tập có bóng: Đứng trước cọc hoặc nắm với khoảng cách 0,8 – 1 m, đột phá bước thuận sang phải, sang trái phối hợp dẫn bóng, mỗi kĩ thuật thực hiện 8 – 10 lần. b) Luyện tập cặp đôi Luân phiên giúp bạn luyện tập: – Hai bạn đứng đối diện nhau với khoảng cách 1 – 1,2 m, luân phiên hỗ trợ bạn luyện tập tại chỗ đột phá bước thuận sang phải, sang trái (bạn hỗ trợ luyện tập đứng tại chỗ, hai tay dang ngang). Mỗi bạn thực hiện 6 – 8 lần.	– HS thực hiện được đúng số lần và cự li.

– Hướng dẫn HS phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.		– HS tự phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.
---	--	--

HOẠT ĐỘNG VẬN DỤNG

1. Mục tiêu: HS vận dụng được nội dung bài học vào thực tiễn học tập hoặc cuộc sống.
2. Nội dung: Vận dụng tại chỗ đột phá bước thuận để rèn luyện năng lực phối hợp vận động.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Hướng dẫn HS vận dụng trong quá trình luyện tập: Thay đổi nội dung và yêu cầu tập luyện theo hướng: Tăng dần tốc độ dẫn bóng và tốc độ đột phá bước thuận sang phải, sang trái; tăng cường mức độ cản phá của HS làm nhiệm vụ phòng thủ; phối hợp dẫn bóng đột phá với các loại hình kĩ thuật khác.	– Vận dụng bài tập kĩ thuật tại chỗ đột phá bước thuận.	– HS biết vận dụng: Bài tập kĩ thuật tại chỗ đột phá bước thuận để rèn luyện năng lực phối hợp vận động trong quá trình luyện tập.
– Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng: “Em hãy nêu những chú ý khi thực hiện kĩ thuật tại chỗ và dẫn bóng đột phá bước thuận sang phải, sang trái.”	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi vận dụng.	Đáp án câu hỏi vận dụng: Phải hạ thấp được trọng tâm cơ thể khi thực hiện bước đột phá; động tác đột phá phải nhanh, chính xác; hướng đột phá phải phù hợp với tình huống; thành thực kĩ thuật dẫn bóng bằng tay phải và tay trái...
– Giao nhiệm vụ cho HS luyện tập vào thời gian rèn luyện thể dục hằng ngày, có sản phẩm bằng hình ảnh hoặc video.	– Cá nhân chủ động thực hiện nhiệm vụ GV giao, có báo cáo (kèm theo minh chứng) hoặc trình diễn kết quả.	– Video tự luyện tập bài tập tại chỗ đột phá bước thuận để rèn luyện năng lực phối hợp vận động khi rèn luyện thể dục hằng ngày.

HOẠT ĐỘNG KẾT THÚC

1. Mục tiêu: Đưa cơ thể HS trở về trạng thái ban đầu sau giờ học.
2. Nội dung: Hồi phục sau luyện tập; nhận xét, đánh giá kết quả học tập của HS.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

GV tổ chức hoạt động	Hoạt động của HS	Kết quả/sản phẩm học tập
– Hướng dẫn HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Tự tổ chức thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Cơ thể HS được thả lỏng.
– Nhận xét về thái độ, đánh giá kết quả học tập và vận dụng của HS.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét.	– HS biết được kết quả học tập và vận dụng của bản thân.
– Hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét và hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới. Có thể đề xuất ý kiến với GV.	– HS biết nội dung cần chuẩn bị cho bài học tiếp theo.

TIẾT 4, 5, 6. KỸ THUẬT DẪN BÓNG ĐỘT PHÁ BƯỚC THUẬN

I. MỤC TIÊU

1. Kiến thức

Nhận biết được nội dung, yêu cầu kỹ thuật dẫn bóng đột phá bước thuận, biết cách luyện tập.

2. Năng lực

- Thực hiện được kỹ thuật dẫn bóng đột phá bước thuận; biết cách luyện tập và tổ chức luyện tập.
- Biết một số điều luật cơ bản trong thi đấu.

3. Phẩm chất

Có trách nhiệm, hoà đồng với các bạn trong luyện tập và trong các hoạt động tập thể của trường, lớp.

II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU

- Sân tập TDTT hoặc nhà tập thể chất.
- Dụng cụ, trang thiết bị: Còi, bộ tranh ảnh, dụng cụ phục vụ dạy học và luyện tập Bóng rổ.
- SGK *Giáo dục thể chất 9* (Bộ sách *Kết nối tri thức với cuộc sống*).

III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC

HOẠT ĐỘNG MỞ ĐẦU

- 1.** Mục tiêu: Giúp HS có nhận biết bước đầu về cấu trúc kỹ thuật dẫn bóng đột phá bước thuận, biết cách luyện tập; cơ thể HS đạt trạng thái sẵn sàng thực hiện các bài tập vận động.

2. Nội dung: Khởi động tư duy, chuẩn bị tâm thế và khởi động cơ thể.

3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Nhận lớp, kiểm tra sĩ số, tình hình sức khoẻ học sinh.	– Chỉ huy tập trung lớp, đóng hàng và báo cáo sĩ số.	– HS xếp thành 3 hoặc 4 hàng ngang.
– Phổ biến mục tiêu, nội dung, nhiệm vụ học tập.	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết được nội dung bài học.
– Đặt câu hỏi để thu hút, kích lệ sự tập trung chú ý và khai thác vốn hiểu biết của HS đối với nội dung tiết học: “ <i>Kĩ thuật đột phá được thực hiện trên nền tảng của kĩ thuật nào?</i> ”	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi của GV.	– HS hình thành được mối liên hệ với nội dung bài học. Đáp án: Dẫn bóng.
– Khởi động chung: Chạy tại chỗ, xoay các khớp, ép dọc, ép ngang.	– Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng ngang).	– HS thực hiện đủ số lần theo nhịp hô của chỉ huy.
– Trò chơi hỗ trợ khởi động: “Dẫn bóng theo ô” (SGK GDTC 9 tr. 80).	– Hoạt động cả lớp (đứng theo đội hình trò chơi quy định).	– HS được vận động và vui vẻ khi thực hiện trò chơi.

HOẠT ĐỘNG HÌNH THÀNH KIẾN THỨC MỚI

1. Mục tiêu: Hình thành ở HS kiến thức, kĩ năng thực hiện kĩ thuật dẫn bóng đột phá bước thuận, biết cách luyện tập.

2. Nội dung: Kĩ thuật dẫn bóng đột phá bước thuận.

3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Giới thiệu và phân tích một số điều luật cơ bản trong thi đấu bóng rổ.	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết được một số điều luật cơ bản trong thi đấu bóng rổ.
– Giới thiệu mục đích, tác dụng của kĩ thuật dẫn bóng đột phá bước thuận.	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết được mục đích, tác dụng của kĩ thuật dẫn bóng đột phá bước thuận.
– Sử dụng hình ảnh trực quan hoặc video (nếu có), phân tích thị phạm động tác mẫu kĩ thuật dẫn bóng đột phá bước thuận; cách luyện tập.	– Quan sát, ghi nhớ cấu trúc, trình tự kĩ thuật dẫn bóng đột phá bước thuận.	– HS hình thành biểu tượng đúng về kĩ thuật dẫn bóng đột phá bước thuận.

– Cho HS đồng loạt luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV về kĩ thuật dẫn bóng đột phá bước thuận.	– Luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV.	– HS bước đầu thực hiện kĩ thuật dẫn bóng đột phá bước thuận và biết phương pháp luyện tập.
– Chỉ dẫn các sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.	– Chú ý lắng nghe, tự sửa chữa.	– HS nhận biết được những sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.

HOẠT ĐỘNG LUYỆN TẬP

1. Mục tiêu: Thực hành luyện tập kĩ thuật dẫn bóng đột phá bước thuận.
2. Nội dung: Luyện tập kĩ thuật dẫn bóng đột phá bước thuận.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Phổ biến nội dung, yêu cầu và hướng dẫn trình tự luyện tập.	– Chú ý lắng nghe và quan sát.	– HS biết được nội dung, yêu cầu và trình tự luyện tập.
– Tổ chức các hình thức luyện tập. – Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn hoạt động luyện tập của HS.	a) Luyện tập cá nhân HS tự hô khẩu lệnh: Dẫn bóng trên đường thẳng đến trước cọc nắm (với khoảng cách 0,8 – 1 m), phối hợp đột phá bước thuận sang phải, sang trái, mỗi kĩ thuật thực hiện 8 – 10 lần. b) Luyện tập cặp đôi Luân phiên giúp bạn luyện tập: Hai bạn đứng đối diện nhau với khoảng cách 3 – 4 m, luân phiên hỗ trợ bạn luyện tập dẫn bóng đột phá bước thuận sang phải, sang trái (bạn hỗ trợ luyện tập đứng tại chỗ; hai tay dang ngang và xoay người theo hướng di chuyển của bạn). Mỗi bạn thực hiện 6 – 8 lần	– HS thực hiện được đúng số lần và cự li.
– Hướng dẫn HS phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.		– HS tự phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.

HOẠT ĐỘNG VẬN DỤNG

1. Mục tiêu: HS vận dụng được nội dung bài học vào thực tiễn học tập hoặc cuộc sống.
2. Nội dung: Vận dụng dẫn bóng đột phá bước thuận để rèn luyện năng lực phối hợp vận động.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Hướng dẫn HS vận dụng trong quá trình luyện tập: Thay đổi nội dung và yêu cầu tập luyện theo hướng: Tăng dần tốc độ dẫn bóng và tốc độ đột phá bước thuận sang phải, sang trái; tăng cường mức độ cản phá của HS làm nhiệm vụ phòng thủ; phối hợp dẫn bóng đột phá với các loại hình kỹ thuật khác.	– Vận dụng bài tập kỹ thuật dẫn bóng đột phá bước thuận.	– HS biết vận dụng: Bài tập kỹ thuật dẫn bóng đột phá bước thuận để rèn luyện năng lực phối hợp vận động trong quá trình luyện tập.
– Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng: “Yếu tố cơ bản nhất để tạo ra thành công khi thực hiện kỹ thuật đột phá là gì?”	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi vận dụng.	Đáp án câu hỏi vận dụng: Nhanh và bất ngờ.
– Giao nhiệm vụ cho HS luyện tập vào thời gian rèn luyện thể dục hằng ngày, có sản phẩm bằng hình ảnh hoặc video.	– Cá nhân chủ động thực hiện nhiệm vụ GV giao, có báo cáo (kèm theo minh chứng) hoặc trình diễn kết quả.	– Video tự luyện tập bài tập dẫn bóng đột phá bước thuận để rèn luyện năng lực phối hợp vận động khi rèn luyện thể dục hằng ngày.

HOẠT ĐỘNG KẾT THÚC

1. Mục tiêu: Đưa cơ thể HS trở về trạng thái ban đầu sau giờ học.
2. Nội dung: Hồi phục sau luyện tập; nhận xét, đánh giá kết quả học tập của HS.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Hướng dẫn HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Tự tổ chức thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Cơ thể HS được thả lỏng.
– Nhận xét về thái độ, đánh giá kết quả học tập và vận dụng của HS.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét.	– HS biết được kết quả học tập và vận dụng của bản thân.

– Hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét và hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới. Có thể đề xuất ý kiến với GV.	– HS biết nội dung cần chuẩn bị cho bài học tiếp theo.
--	---	--

TIẾT 7, 8. PHỐI HỢP KỸ THUẬT ĐỘT PHÁ BƯỚC THUẬN

I. MỤC TIÊU

1. Kiến thức

Nhận biết được nội dung, yêu cầu phối hợp kỹ thuật đột phá bước thuận, biết cách luyện tập.

2. Năng lực

- Phối hợp được kỹ thuật đột phá bước thuận; biết cách luyện tập và tổ chức luyện tập.
- Có sự phát triển về năng lực liên kết vận động và phản ứng vận động.

3. Phẩm chất

Có trách nhiệm, hoà đồng với các bạn trong luyện tập và trong các hoạt động tập thể của trường, lớp.

II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU

- Sân tập TDTT hoặc nhà tập thể chất.
- Dụng cụ, trang thiết bị: Còi, bộ tranh ảnh, dụng cụ phục vụ dạy học và luyện tập Bóng đá.
- SGK *Giáo dục thể chất 9* (Bộ sách *Kết nối tri thức với cuộc sống*).

III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC

HOẠT ĐỘNG MỞ ĐẦU

1. Mục tiêu: Cơ thể HS đạt trạng thái sẵn sàng thực hiện các bài tập vận động.
2. Nội dung: Chuẩn bị tâm thế và khởi động cơ thể.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Nhận lớp, kiểm tra sĩ số, tình hình sức khoẻ học sinh.	– Chỉ huy tập trung lớp, đóng hàng và báo cáo sĩ số.	– HS xếp thành 3 hoặc 4 hàng ngang.

– Phổ biến mục tiêu, nội dung, nhiệm vụ học tập.	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết được nội dung bài học.
– Khởi động chung: Chạy tại chỗ, xoay các khớp, ép dọc, ép ngang.	– Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng ngang).	– HS thực hiện đủ số lần theo nhịp hô của chỉ huy.
– Khởi động chuyên môn: Tại chỗ dẫn bóng cao, thấp; dẫn bóng nhanh, chậm trên đường thẳng, đường vòng; dẫn bóng quay trước, quay sau, sang phải, sang trái.	– Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng dọc).	– HS thực hiện đủ 1 lần x 15 m.

HOẠT ĐỘNG HÌNH THÀNH KIẾN THỨC MỚI

1. Mục tiêu: Hình thành ở HS kiến thức, kỹ năng thực hiện phối hợp kỹ thuật đột phá bước thuận, biết cách luyện tập.
2. Nội dung: Phối hợp kỹ thuật đột phá bước thuận.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Giới thiệu mục đích, tác dụng của phối hợp kỹ thuật đột phá bước thuận.	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết được mục đích, tác dụng của phối hợp kỹ thuật đột phá bước thuận..
– Sử dụng hình ảnh trực quan hoặc video (nếu có), phân tích thị phạm động tác mẫu phối hợp kỹ thuật đột phá bước thuận, cách luyện tập.	– Quan sát, ghi nhớ cấu trúc, trình tự phối hợp kỹ thuật đột phá bước thuận.	– HS hình thành biểu tượng đúng về phối hợp kỹ thuật đột phá bước thuận.
– Cho HS đồng loạt luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV về phối hợp kỹ thuật đột phá bước thuận.	– Luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV.	– HS bước đầu thực hiện phối hợp kỹ thuật đột phá bước thuận và biết phương pháp luyện tập.
– Chỉ dẫn các sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.	– Chú ý lắng nghe, tự sửa chữa.	– HS nhận biết được những sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.

HOẠT ĐỘNG LUYỆN TẬP

1. Mục tiêu: Thực hành luyện tập phối hợp kỹ thuật đột phá bước thuận.
2. Nội dung: Luyện tập phối hợp kỹ thuật đột phá bước thuận.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

GV tổ chức hoạt động	Hoạt động của HS	Kết quả/sản phẩm học tập
– Phổ biến nội dung, yêu cầu và hướng dẫn trình tự luyện tập.	– Chú ý lắng nghe và quan sát.	– HS biết được nội dung, yêu cầu và trình tự luyện tập.
– Tổ chức các hình thức luyện tập. – Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn hoạt động luyện tập của HS.	Luyện tập nhóm Luân phiên chỉ huy nhóm luyện tập: – Lần lượt từng bạn tại chỗ đột phá bước thuận sang phải, sang trái phối hợp dẫn bóng và thực hiện hai bước ném rổ một tay trên cao hoặc một tay dưới thấp, mỗi bạn thực hiện 3 – 5 lần.  – Lần lượt từng bạn tại chỗ nhận bóng do bạn chuyển đến và thực hiện đột phá bước thuận sang phải, sang trái phối hợp dẫn bóng, mỗi bạn thực hiện 3 – 5 lần. – Lần lượt từng bạn dẫn bóng đột phá bước thuận sang phải, sang trái phối hợp thực hiện hai bước ném rổ một tay trên cao hoặc một tay dưới thấp, mỗi bạn thực hiện 3 – 5 lần.	
– Hướng dẫn HS phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.		– HS tự phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.
– Trò chơi phát triển sức nhanh: “Tránh bóng” (SGK GDTC 9 tr. 84).	– Hoạt động cả lớp (đứng theo đội hình trò chơi quy định).	– HS phát triển khả năng phối hợp vận động và vui vẻ khi thực hiện trò chơi.

HOẠT ĐỘNG VẬN DỤNG

1. Mục tiêu: HS vận dụng được nội dung bài học vào thực tiễn học tập hoặc cuộc sống.
3. Nội dung: Vận dụng phối hợp đột phá bước thuận để rèn luyện năng lực phối hợp vận động.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

GV tổ chức hoạt động	Hoạt động của HS	Kết quả/sản phẩm học tập
– Hướng dẫn HS vận dụng trong quá trình luyện tập: Thay đổi nội dung và yêu cầu tập luyện theo hướng: Tăng dần tốc độ dẫn bóng và tốc độ đột phá bước thuận sang phải, sang trái; tăng cường mức độ cản phá của HS làm nhiệm vụ phòng thủ; phối hợp dẫn bóng đột phá với các loại hình kĩ thuật khác.	– Vận dụng bài tập phối hợp đột phá bước thuận.	– HS biết vận dụng: Bài tập phối hợp đột phá bước thuận để rèn luyện năng lực phối hợp vận động trong quá trình luyện tập.
– Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng: “Thời điểm thực hiện kĩ thuật đột phá trong thi đấu phụ thuộc vào yếu tố nào?”	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi vận dụng.	Đáp án câu hỏi vận dụng: Tốc độ dẫn bóng và khoảng cách với người phòng thủ.
– Giao nhiệm vụ cho HS luyện tập vào thời gian rèn luyện thể dục hằng ngày, có sản phẩm bằng hình ảnh hoặc video.	– Cá nhân chủ động thực hiện nhiệm vụ GV giao, có báo cáo (kèm theo minh chứng) hoặc trình diễn kết quả.	– Video tự luyện tập bài tập phối hợp đột phá bước thuận để rèn luyện năng lực phối hợp vận động khi rèn luyện thể dục hằng ngày.

HOẠT ĐỘNG KẾT THÚC

1. Mục tiêu: Đưa cơ thể HS trở về trạng thái ban đầu sau giờ học.
2. Nội dung: Hồi phục sau luyện tập; nhận xét, đánh giá kết quả học tập của HS.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

GV tổ chức hoạt động	Hoạt động của HS	Kết quả/sản phẩm học tập
– Hướng dẫn HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Tự tổ chức thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Cơ thể HS được thả lỏng.
– Nhận xét về thái độ, đánh giá kết quả học tập và vận dụng của HS.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét.	– HS biết được kết quả học tập và vận dụng của bản thân.
– Hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét và hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới. Có thể đề xuất ý kiến với GV.	– HS biết nội dung cần chuẩn bị cho bài học tiếp theo.

BÀI 2. KỸ THUẬT ĐỘT PHÁ BƯỚC CHÉO (8 TIẾT)

TIẾT 1, 2, 3. KỸ THUẬT TẠI CHỖ ĐỘT PHÁ BƯỚC CHÉO

I. MỤC TIÊU

1. Kiến thức

Nhận biết được nội dung, yêu cầu kỹ thuật tại chỗ đột phá bước chéo, biết cách luyện tập.

2. Năng lực

- Thực hiện được kỹ thuật tại chỗ đột phá bước chéo; biết cách luyện tập và tổ chức luyện tập.
- Xử lý linh hoạt các tình huống đột phá bước chéo trong luyện tập và thi đấu tập.

3. Phẩm chất

Nỗ lực hoàn thành nội dung học tập và lượng vận động của bài tập.

II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU

- Sân tập TDTT hoặc nhà tập thể chất.
- Dụng cụ, trang thiết bị: Còi, bộ tranh ảnh, dụng cụ phục vụ dạy học và luyện tập Bóng rổ.
- SGK *Giáo dục thể chất 9* (Bộ sách *Kết nối tri thức với cuộc sống*).

III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC

HOẠT ĐỘNG MỞ ĐẦU

1. Mục tiêu: Giúp HS có nhận biết bước đầu về cấu trúc kỹ thuật tại chỗ đột phá bước chéo, biết cách luyện tập; cơ thể HS đạt trạng thái sẵn sàng thực hiện các bài tập vận động.
2. Nội dung: Khởi động tư duy, chuẩn bị tâm thế và khởi động cơ thể.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Nhận lớp, kiểm tra sĩ số, tình hình sức khỏe học sinh.	– Chỉ huy tập trung lớp, đóng hàng và báo cáo sĩ số.	– HS xếp thành 3 hoặc 4 hàng ngang.
– Phổ biến mục tiêu, nội dung, nhiệm vụ học tập.	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết được nội dung bài học.
– Đặt câu hỏi để thu hút, kích lệ sự tập trung chú ý và khai thác vốn hiểu biết của HS đối với nội dung tiết học: “Những hoạt động diễn ra sau khi đột phá thành công là gì?”	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi của GV.	– HS hình thành được mối liên hệ với nội dung bài học. Đáp án: Tiếp tục dẫn bóng; chuyển bóng cho đồng đội; ném rổ.

– Khởi động chung: Chạy tại chỗ, xoay các khớp, ép dọc, ép ngang.	– Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng ngang).	– HS thực hiện đủ số lần theo nhịp hô của chỉ huy.
– Khởi động chuyên môn: Tại chỗ dẫn bóng cao, thấp; dẫn bóng nhanh, chậm trên đường thẳng, đường vòng; tại chỗ và dẫn bóng đột phá bước thuận sang phải, sang trái.	– Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng dọc).	– HS thực hiện đủ 1 lần x 15 m.

HOẠT ĐỘNG HÌNH THÀNH KIẾN THỨC MỚI

1. Mục tiêu: Hình thành ở HS kiến thức, kĩ năng thực hiện kĩ thuật tại chỗ đột phá bước chéo, biết cách luyện tập.
2. Nội dung: Kĩ thuật tại chỗ đột phá bước chéo.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Giới thiệu mục đích, tác dụng của kĩ thuật tại chỗ đột phá bước chéo.	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết được mục đích, tác dụng của kĩ thuật tại chỗ đột phá bước chéo.
– Sử dụng hình ảnh trực quan hoặc video (nếu có), phân tích thị phạm động tác mẫu kĩ thuật tại chỗ đột phá bước chéo; cách luyện tập.	– Quan sát, ghi nhớ cấu trúc, trình tự kĩ thuật tại chỗ đột phá bước chéo.	– HS hình thành biểu tượng đúng về kĩ thuật tại chỗ đột phá bước chéo.
– Cho HS đồng loạt luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV về kĩ thuật tại chỗ đột phá bước chéo.	– Luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV.	– HS bước đầu thực hiện kĩ thuật tại chỗ đột phá bước chéo và biết phương pháp luyện tập.
– Chỉ dẫn các sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.	– Chú ý lắng nghe, tự sửa chữa.	– HS nhận biết được những sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.

HOẠT ĐỘNG LUYỆN TẬP

1. Mục tiêu: Thực hành luyện tập kĩ thuật tại chỗ đột phá bước chéo.
2. Nội dung: Luyện tập kĩ thuật tại chỗ đột phá bước chéo
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Phổ biến nội dung, yêu cầu và hướng dẫn trình tự luyện tập.	– Chú ý lắng nghe và quan sát.	– HS biết được nội dung, yêu cầu và trình tự luyện tập.

– Tổ chức các hình thức luyện tập. – Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn hoạt động luyện tập của HS.	a) Luyện tập cá nhân HS tự hô khẩu lệnh: – Luyện tập không bóng: Tại chỗ mô phỏng đột phá bước chéo sang phải, sang trái từ chậm đến nhanh (theo thứ tự: Xác định chân trụ, thực hiện bước đầu tiên, xoay người và đưa bóng về hướng đột phá, thực hiện bước thứ hai), mỗi kỹ thuật thực hiện 8 – 10 lần. – Luyện tập có bóng: Đứng trước cọc hoặc nắm với khoảng cách 0,8 – 1 m, đột phá bước chéo sang phải, sang trái phối hợp dẫn bóng, mỗi kỹ thuật thực hiện 8 – 10 lần. b) Luyện tập cặp đôi Luân phiên giúp bạn luyện tập: Hai bạn đứng đối diện nhau với khoảng cách 1 – 1,2 m, luân phiên hỗ trợ bạn luyện tập tại chỗ đột phá bước chéo sang phải, sang trái (bạn hỗ trợ luyện tập đứng tại chỗ, hai tay dang ngang). Mỗi bạn thực hiện 6 – 8 lần.	– HS thực hiện được đúng số lần và cự li.
– Hướng dẫn HS phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.		– HS tự phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.

HOẠT ĐỘNG VẬN DỤNG

1. Mục tiêu: HS vận dụng được nội dung bài học vào thực tiễn học tập hoặc cuộc sống.
2. Nội dung: Vận dụng tại chỗ đột phá bước chéo để rèn luyện năng lực phối hợp vận động.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Hướng dẫn HS vận dụng trong quá trình luyện tập: Thay đổi nội dung và yêu cầu tập luyện theo hướng: Tăng dần tốc độ dẫn bóng và tốc độ đột phá bước chéo sang phải, sang trái; tăng cường mức độ cản phá của HS làm nhiệm vụ phòng thủ; phối hợp dẫn bóng đột phá với các loại hình kỹ thuật khác.	– Vận dụng bài tập kỹ thuật tại chỗ đột phá bước chéo.	– HS biết vận dụng: Bài tập kỹ thuật tại chỗ đột phá bước chéo để rèn luyện năng lực phối hợp vận động trong quá trình luyện tập.

– Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng: “So sánh sự khác nhau giữa kĩ thuật đột phá bước thuận và đột phá bước chéo.”	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi vận dụng.	
	Đáp án câu hỏi vận dụng: Độ nghiêng của thân trên khi vượt qua người phòng thủ; chân thực hiện bước đầu tiên của kĩ thuật đột phá.	
– Giao nhiệm vụ cho HS luyện tập vào thời gian rèn luyện thể dục hằng ngày, có sản phẩm bằng hình ảnh hoặc video.	– Cá nhân chủ động thực hiện nhiệm vụ GV giao, có báo cáo (kèm theo minh chứng) hoặc trình diễn kết quả.	– Video tự luyện tập bài tập tại chỗ đột phá bước chéo để rèn luyện năng lực phối hợp vận động khi rèn luyện thể dục hằng ngày.

HOẠT ĐỘNG KẾT THÚC

1. Mục tiêu: Đưa cơ thể HS trở về trạng thái ban đầu sau giờ học.
2. Nội dung: Hồi phục sau luyện tập; nhận xét, đánh giá kết quả học tập của HS.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Hướng dẫn HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Tự tổ chức thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Cơ thể HS được thả lỏng.
– Nhận xét về thái độ, đánh giá kết quả học tập và vận dụng của HS.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét.	– HS biết được kết quả học tập và vận dụng của bản thân.
– Hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét và hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới. Có thể đề xuất ý kiến với GV.	– HS biết nội dung cần chuẩn bị cho bài học tiếp theo.

TIẾT 4, 5, 6. KỸ THUẬT DẪN BÓNG ĐỘT PHÁ BƯỚC CHÉO

I. MỤC TIÊU

1. Kiến thức

Nhận biết được nội dung, yêu cầu kĩ thuật dẫn bóng đột phá bước chéo, biết cách luyện tập.

2. Năng lực

- Thực hiện được kĩ thuật dẫn bóng đột phá bước chéo; biết cách luyện tập và tổ chức luyện tập.
- Xử lí linh hoạt các tình huống đột phá bước chéo trong luyện tập và thi đấu tập.

3. Phẩm chất

Nỗ lực hoàn thành nội dung học tập và lượng vận động của bài tập.

II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU

- Sân tập TDTT hoặc nhà tập thể chất.
- Dụng cụ, trang thiết bị: Còi, bộ tranh ảnh, dụng cụ phục vụ dạy học và luyện tập Bóng rổ.
- SGK *Giáo dục thể chất 9* (Bộ sách *Kết nối tri thức với cuộc sống*).

III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC

HOẠT ĐỘNG MỞ ĐẦU

1. Mục tiêu: Cơ thể HS đạt trạng thái sẵn sàng thực hiện các bài tập vận động.
2. Nội dung: Khởi động tư duy, chuẩn bị tâm thể và khởi động cơ thể.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Nhận lớp, kiểm tra sĩ số, tình hình sức khoẻ học sinh.	– Chỉ huy tập trung lớp, đóng hàng và báo cáo sĩ số.	– HS xếp thành 3 hoặc 4 hàng ngang.
– Phổ biến mục tiêu, nội dung, nhiệm vụ học tập.	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết được nội dung bài học.
– Đặt câu hỏi để thu hút, kích lệ sự tập trung chú ý và khai thác vốn hiểu biết của HS đối với nội dung tiết học: “Lựa chọn hướng đột phá phụ thuộc yếu tố nào?”	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi của GV.	– HS hình thành được mối liên hệ với nội dung bài học. Đáp án: Vị trí của cầu thủ phòng thủ; khoảng trống trên sân sau khi đột phá thành công; khả năng phối hợp với đồng đội sau khi đột phá; khoảng cách với băng rổ...
– Khởi động chung: Chạy tại chỗ, xoay các khớp, ép dọc, ép ngang.	– Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng ngang).	– HS thực hiện đủ số lần theo nhịp hô của chỉ huy.

– Trò chơi hỗ trợ khởi động: “Lăn bóng tiếp sức” (SGK GDTC 9 tr. 85).	– Hoạt động cả lớp (đứng theo đội hình trò chơi quy định).	– HS được vận động và vui vẻ khi thực hiện trò chơi.
---	--	--

HOẠT ĐỘNG HÌNH THÀNH KIẾN THỨC MỚI

1. Mục tiêu: Hình thành ở HS kiến thức, kĩ năng thực hiện kĩ thuật dẫn bóng đột phá bước chéo, biết cách luyện tập.
2. Nội dung: Kĩ thuật dẫn bóng đột phá bước chéo.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Giới thiệu mục đích, tác dụng của kĩ thuật dẫn bóng đột phá bước chéo.	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết được mục đích, tác dụng của kĩ thuật dẫn bóng đột phá bước chéo.
– Sử dụng hình ảnh trực quan hoặc video (nếu có), phân tích thị phạm động tác mẫu kĩ thuật dẫn bóng đột phá bước chéo; cách luyện tập.	– Quan sát, ghi nhớ cấu trúc, trình tự kĩ thuật dẫn bóng đột phá bước chéo.	– HS hình thành biểu tượng đúng về kĩ thuật dẫn bóng đột phá bước chéo.
– Cho HS đồng loạt luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV về kĩ thuật dẫn bóng đột phá bước chéo.	– Luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV.	– HS bước đầu thực hiện kĩ thuật dẫn bóng đột phá bước chéo và biết phương pháp luyện tập.
– Chỉ dẫn các sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.	– Chú ý lắng nghe, tự sửa chữa.	– HS nhận biết được những sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.

HOẠT ĐỘNG LUYỆN TẬP

1. Mục tiêu: Thực hành luyện tập kĩ thuật dẫn bóng đột phá bước chéo.
2. Nội dung: Luyện tập kĩ thuật dẫn bóng đột phá bước chéo.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Phổ biến nội dung, yêu cầu và hướng dẫn trình tự luyện tập.	– Chú ý lắng nghe và quan sát.	– HS biết được nội dung, yêu cầu và trình tự luyện tập.

– Tổ chức các hình thức luyện tập. – Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn hoạt động luyện tập của HS.	a) Luyện tập cá nhân HS tự hô khẩu lệnh: Dẫn bóng trên đường thẳng đến trước cọc nắm (với khoảng cách 0,8 – 1 m), phối hợp đột phá bước chéo sang phải, sang trái, mỗi kỹ thuật thực hiện 8 – 10 lần. b) Luyện tập cặp đôi Luân phiên giúp bạn luyện tập: Hai bạn đứng đối diện nhau với khoảng cách 3 – 4 m, luân phiên hỗ trợ bạn luyện tập dẫn bóng đột phá bước chéo sang phải, sang trái (bạn hỗ trợ luyện tập đứng tại chỗ; hai tay dang ngang và xoay người theo hướng di chuyển của bạn). Mỗi bạn thực hiện 6 – 8 lần	– HS thực hiện được đúng số lần và cự li.
– Hướng dẫn HS phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.		– HS tự phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.

HOẠT ĐỘNG VẬN DỤNG

1. Mục tiêu: HS vận dụng được nội dung bài học vào thực tiễn học tập hoặc cuộc sống.
2. Nội dung: Vận dụng dẫn bóng đột phá bước chéo để rèn luyện năng lực phối hợp vận động.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Hướng dẫn HS vận dụng trong quá trình luyện tập: Thay đổi nội dung và yêu cầu tập luyện theo hướng: Tăng dần tốc độ dẫn bóng và tốc độ đột phá bước chéo sang phải, sang trái; tăng cường mức độ cản phá của HS làm nhiệm vụ phòng thủ; phối hợp dẫn bóng đột phá với các loại hình kỹ thuật khác.	– Vận dụng bài tập kỹ thuật dẫn bóng đột phá bước chéo.	– HS biết vận dụng: Bài tập kỹ thuật dẫn bóng đột phá bước chéo để rèn luyện năng lực phối hợp vận động trong quá trình luyện tập.

– Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng: “Vì sao trong thi đấu bóng rổ, nhanh và bất ngờ là hai yếu tố quyết định sự thành công của kỹ thuật đột phá bước thuận, bước chéo?”	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi vận dụng.	Đáp án câu hỏi vận dụng: Hạn chế được tốc độ phản ứng và hành động phòng thủ của cầu thủ đối phương.
– Giao nhiệm vụ cho HS luyện tập vào thời gian rèn luyện thể dục hằng ngày, có sản phẩm bằng hình ảnh hoặc video.	– Cá nhân chủ động thực hiện nhiệm vụ GV giao, có báo cáo (kèm theo minh chứng) hoặc trình diễn kết quả.	– Video tự luyện tập bài tập dẫn bóng đột phá bước chéo để rèn luyện năng lực phối hợp vận động khi rèn luyện thể dục hằng ngày.

HOẠT ĐỘNG KẾT THÚC

1. Mục tiêu: Đưa cơ thể HS trở về trạng thái ban đầu sau giờ học.
2. Nội dung: Hồi phục sau luyện tập; nhận xét, đánh giá kết quả học tập của HS.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Hướng dẫn HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Tự tổ chức thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Cơ thể HS được thả lỏng.
– Nhận xét về thái độ, đánh giá kết quả học tập và vận dụng của HS.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét.	– HS biết được kết quả học tập và vận dụng của bản thân.
– Hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét và hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới. Có thể đề xuất ý kiến với GV.	– HS biết nội dung cần chuẩn bị cho bài học tiếp theo.

TIẾT 7, 8. PHỐI HỢP KỸ THUẬT ĐỘT PHÁ BƯỚC CHÉO

I. MỤC TIÊU

1. Kiến thức

Nhận biết được nội dung, yêu cầu phối hợp kỹ thuật đột phá bước chéo, biết cách luyện tập.

2. Năng lực

- Phối hợp được kỹ thuật đột phá bước chéo; biết cách luyện tập và tổ chức luyện tập.
- Xử lý linh hoạt các tình huống đột phá bước chéo trong luyện tập và thi đấu tập.

- Có sự phát triển về năng lực liên kết vận động, năng lực phản ứng vận động và nhịp điệu.

3. Phẩm chất

Nỗ lực hoàn thành nội dung học tập và lượng vận động của bài tập.

II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU

- Sân tập TDTT hoặc nhà tập thể chất.
- Dụng cụ, trang thiết bị: Còi, bộ tranh ảnh, dụng cụ phục vụ dạy học và luyện tập Bóng rổ,
- SGK *Giáo dục thể chất 9* (Bộ sách *Kết nối tri thức với cuộc sống*).

III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC

HOẠT ĐỘNG MỞ ĐẦU

1. Mục tiêu: Cơ thể HS đạt trạng thái sẵn sàng thực hiện các bài tập vận động.
2. Nội dung: Chuẩn bị tâm thế và khởi động cơ thể.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Nhận lớp, kiểm tra sĩ số, tình hình sức khoẻ học sinh.	– Chỉ huy tập trung lớp, đóng hàng và báo cáo sĩ số.	– HS xếp thành 3 hoặc 4 hàng ngang.
– Phổ biến mục tiêu, nội dung, nhiệm vụ học tập.	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết được nội dung bài học.
– Khởi động chung: Chạy tại chỗ, xoay các khớp, ép dọc, ép ngang.	– Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng ngang).	– HS thực hiện đủ số lần theo nhịp hô của chỉ huy.
– Khởi động chuyên môn: Tại chỗ dẫn bóng cao, thấp; dẫn bóng nhanh, chậm trên đường thẳng, đường vòng; tại chỗ và dẫn bóng đột phá bước thuận sang phải, sang trái.	– Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng dọc).	– HS thực hiện đủ 1 lần x 15 m.

HOẠT ĐỘNG HÌNH THÀNH KIẾN THỨC MỚI

1. Mục tiêu: Hình thành ở HS kiến thức, kĩ năng thực hiện phối hợp kĩ thuật đột phá bước chéo, biết cách luyện tập.
2. Nội dung: Phối hợp kĩ thuật đột phá bước chéo.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Giới thiệu mục đích, tác dụng của phối hợp kỹ thuật đột phá bước chéo.	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết được mục đích, tác dụng của phối hợp kỹ thuật đột phá bước chéo.
– Sử dụng hình ảnh trực quan hoặc video (nếu có), phân tích thị phạm động tác mẫu phối hợp kỹ thuật đột phá bước chéo; cách luyện tập.	– Quan sát, ghi nhớ cấu trúc, trình tự phối hợp kỹ thuật đột phá bước chéo.	– HS hình thành biểu tượng đúng về phối hợp kỹ thuật đột phá bước chéo.
– Cho HS đồng loạt luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV về phối hợp kỹ thuật đột phá bước chéo.	– Luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV.	– HS bước đầu thực hiện phối hợp kỹ thuật đột phá bước chéo và biết phương pháp luyện tập.
– Chỉ dẫn các sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.	– Chú ý lắng nghe, tự sửa chữa.	– HS nhận biết được những sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.

HOẠT ĐỘNG LUYỆN TẬP

1. Mục tiêu: Thực hành luyện tập phối hợp kỹ thuật đột phá bước chéo.
2. Nội dung: Luyện tập phối hợp kỹ thuật đột phá bước chéo.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Phổ biến nội dung, yêu cầu và hướng dẫn trình tự luyện tập.	– Chú ý lắng nghe và quan sát.	– HS biết được nội dung, yêu cầu và trình tự luyện tập.
– Tổ chức các hình thức luyện tập. – Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn hoạt động luyện tập của HS.	Luyện tập nhóm Luân phiên chỉ huy nhóm luyện tập bài tập phối hợp: – Lần lượt từng bạn tại chỗ đột phá bước chéo sang phải, sang trái phối hợp dẫn bóng và thực hiện hai bước ném rổ một tay trên cao hoặc một tay dưới thấp, mỗi bạn thực hiện 3 – 5 lần. – Lần lượt từng bạn tại chỗ nhận bóng do bạn chuyển đến và thực hiện đột phá bước chéo sang phải, sang trái phối hợp dẫn bóng, mỗi bạn thực hiện 3 – 5 lần.	– HS thực hiện được đúng số lần và cự li.

	– Lần lượt từng bạn dẫn bóng đột phá bước chéo sang phải, sang trái phối hợp thực hiện hai bước ném rổ một tay trên cao hoặc một tay dưới thấp, mỗi bạn thực hiện 3 – 5 lần. 	
– Hướng dẫn HS phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.		– HS tự phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.
– Trò chơi phát triển sức nhanh: “Đột phá” (SGK GDTC 9 tr. 88).	– Hoạt động cả lớp (đứng theo đội hình trò chơi quy định).	– HS phát triển khả năng phối hợp vận động và vui vẻ khi thực hiện trò chơi.

HOẠT ĐỘNG VẬN DỤNG

1. Mục tiêu: HS vận dụng được nội dung bài học vào thực tiễn học tập hoặc cuộc sống.
2. Nội dung: Vận dụng phối hợp đột phá bước chéo để rèn luyện năng lực phối hợp vận động.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Hướng dẫn HS vận dụng trong quá trình luyện tập: Thay đổi nội dung và yêu cầu tập luyện theo hướng: Tăng dần tốc độ dẫn bóng và tốc độ đột phá bước chéo sang phải, sang trái; tăng cường mức độ cản phá của HS làm nhiệm vụ phòng thủ; phối hợp dẫn bóng đột phá với các loại hình kỹ thuật khác.	– Vận dụng bài tập phối hợp đột phá bước chéo.	– HS biết vận dụng: Bài tập phối hợp đột phá bước chéo để rèn luyện năng lực phối hợp vận động trong quá trình luyện tập.
– Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng: “+ Câu 1. Để tăng tính bất ngờ khi thực hiện kỹ thuật đột phá, người thực hiện thường phối hợp với hoạt động gì? + Câu 2. Đột phá bước chéo có ưu thế gì so với đột phá bước thuận?”	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi vận dụng.	Đáp án câu hỏi vận dụng: + Câu 1. Động tác giả. + Câu 2. Khi đột phá bước chéo có thể dùng thân trên để che bóng.

– Giao nhiệm vụ cho HS luyện tập vào thời gian rèn luyện thể dục hằng ngày, có sản phẩm bằng hình ảnh hoặc video.	– Cá nhân chủ động thực hiện nhiệm vụ GV giao, có báo cáo (kèm theo minh chứng) hoặc trình diễn kết quả.	– Video tự luyện tập bài tập phối hợp đột phá bước chéo để rèn luyện năng lực phối hợp vận động khi rèn luyện thể dục hằng ngày.
---	--	--

HOẠT ĐỘNG KẾT THÚC

1. Mục tiêu: Đưa cơ thể HS trở về trạng thái ban đầu sau giờ học.
2. Nội dung: Hồi phục sau luyện tập; nhận xét, đánh giá kết quả học tập của HS.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Hướng dẫn HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Tự tổ chức thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Cơ thể HS được thả lỏng.
– Nhận xét về thái độ, đánh giá kết quả học tập và vận dụng của HS.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét.	– HS biết được kết quả học tập và vận dụng của bản thân.
– Hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét và hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới. Có thể đề xuất ý kiến với GV.	– HS biết nội dung cần chuẩn bị cho bài học tiếp theo.

BÀI 3. KỸ THUẬT TẠI CHỖ CHUYỂN BÓNG MỘT TAY TRÊN VAI (8 TIẾT)

TIẾT 1, 2, 3. KỸ THUẬT TẠI CHỖ CHUYỂN BÓNG MỘT TAY TRÊN VAI

I. MỤC TIÊU

1. Kiến thức

Nhận biết được nội dung, yêu cầu kỹ thuật tại chỗ chuyển bóng một tay trên vai, biết cách luyện tập.

2. Năng lực

- Thực hiện được kỹ thuật tại chỗ chuyển bóng một tay trên vai; biết cách luyện tập và tổ chức luyện tập.
- Biết phát hiện, điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và luyện tập.

3. Phẩm chất

Chủ động hợp tác và giúp đỡ bạn trong học tập và rèn luyện thân thể.

II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU

- Sân tập TDTT hoặc nhà tập thể chất.
- Dụng cụ, trang thiết bị: Còi, bộ tranh ảnh, dụng cụ phục vụ dạy học và luyện tập Bóng rổ.
- SGK *Giáo dục thể chất 9* (Bộ sách *Kết nối tri thức với cuộc sống*).

III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC

HOẠT ĐỘNG MỞ ĐẦU

1. Mục tiêu: Giúp HS có nhận biết bước đầu về cấu trúc kĩ thuật tại chỗ chuyển bóng một tay trên vai, biết cách luyện tập; cơ thể HS đạt trạng thái sẵn sàng thực hiện các bài tập vận động.
2. Nội dung: Khởi động tư duy, chuẩn bị tâm thế và khởi động cơ thể.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Nhận lớp, kiểm tra sĩ số, tình hình sức khoẻ học sinh.	– Chỉ huy tập trung lớp, đóng hàng và báo cáo sĩ số.	– HS xếp thành 3 hoặc 4 hàng ngang.
– Phổ biến mục tiêu, nội dung, nhiệm vụ học tập.	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết được nội dung bài học.
– Đặt câu hỏi để thu hút, kích lệ sự tập trung chú ý và khai thác vốn hiểu biết của HS đối với nội dung tiết học: “Tư thế có thể tạo ra khi thực hiện kĩ thuật chuyển bóng một tay trên vai là gì?”	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi của GV.	– HS hình thành được mối liên hệ với nội dung bài học. Đáp án: Có không gian rộng để thực hiện ý đồ chuyển bóng; linh hoạt và đa dạng trong thực hiện ý đồ chiến thuật; hạn chế được mức độ truy cản của đối phương.
– Khởi động chung: Chạy chậm theo vòng tròn, xoay các khớp, ép dọc, ép ngang.	– Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng ngang).	– HS thực hiện đủ số lần theo nhịp hô của chỉ huy.
– Khởi động chuyên môn: Tại chỗ tung và bắt bóng bằng hai tay trên cao; tại chỗ và di chuyển chuyển, bắt bóng hai tay trước ngực, hai tay trên đầu; dẫn bóng thay đổi tốc độ trên đường thẳng, đường vòng.	– Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng dọc).	– HS thực hiện đủ 1 lần x 15 m.

HOẠT ĐỘNG HÌNH THÀNH KIẾN THỨC MỚI

1. Mục tiêu: Hình thành ở HS kiến thức, kĩ năng thực hiện tại chỗ chuyển bóng một tay trên vai, biết cách luyện tập.
2. Nội dung: Kĩ thuật tại chỗ chuyển bóng một tay trên vai.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Giới thiệu mục đích, tác dụng của kĩ thuật tại chỗ chuyển bóng một tay trên vai.	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết được mục đích, tác dụng của kĩ thuật tại chỗ chuyển bóng một tay trên vai.
– Sử dụng hình ảnh trực quan hoặc video (nếu có), phân tích thị phạm động tác mẫu kĩ thuật tại chỗ chuyển bóng một tay trên vai; cách luyện tập.	– Quan sát, ghi nhớ cấu trúc, trình tự kĩ thuật tại chỗ chuyển bóng một tay trên vai.	– HS hình thành biểu tượng đúng về kĩ thuật tại chỗ chuyển bóng một tay trên vai.
– Cho HS đồng loạt luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV về Kĩ thuật tại chỗ chuyển bóng một tay trên vai..	– Luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV.	– HS bước đầu thực hiện Kĩ thuật tại chỗ chuyển bóng một tay trên vai và biết phương pháp luyện tập.
– Chỉ dẫn các sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.	– Chú ý lắng nghe, tự sửa chữa.	– HS nhận biết được những sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.

HOẠT ĐỘNG LUYỆN TẬP

1. Mục tiêu: Thực hành luyện tập kĩ thuật tại chỗ chuyển bóng một tay trên vai.
2. Nội dung: Luyện tập kĩ thuật tại chỗ chuyển bóng một tay trên vai.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Phổ biến nội dung, yêu cầu và hướng dẫn trình tự luyện tập.	– Chú ý lắng nghe và quan sát.	– HS biết được nội dung, yêu cầu và trình tự luyện tập.
– Tổ chức các hình thức luyện tập. – Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn hoạt động luyện tập của HS.	a) Luyện tập cá nhân HS tự hô khẩu lệnh: – Luyện tập không bóng: Tại chỗ, mô phỏng kĩ thuật chuyển bóng một tay trên vai.	– HS thực hiện được đúng số lần và cự li.

	– Luyện tập có bóng: Tại chỗ, chuyển bóng một tay trên vai vào tường từ khoảng cách 3 – 5 m, thực hiện 5 – 7 lần. b) Luyện tập cặp đôi – Tại chỗ, luân phiên chuyển bóng một tay trên vai và bắt bóng bằng hai tay từ khoảng cách 3 – 5 m (tăng dần khoảng cách, tăng dần lực chuyển bóng), thực hiện 10 – 12 lần.	
– Hướng dẫn HS phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.		– HS tự phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.

HOẠT ĐỘNG VẬN DỤNG

1. Mục tiêu: HS vận dụng được nội dung bài học vào thực tiễn học tập hoặc cuộc sống.
3. Nội dung: Vận dụng kĩ thuật tại chỗ chuyển bóng một tay trên vai để rèn luyện năng lực phối hợp vận động.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Hướng dẫn HS vận dụng trong quá trình luyện tập: Thay đổi nội dung và yêu cầu tập luyện theo hướng: Tăng khoảng cách, tăng lực chuyển bóng và mức độ chính xác; phối hợp di chuyển và chuyển bắt bóng; phối hợp với các kĩ thuật khác	– Vận dụng bài tập kĩ thuật tại chỗ chuyển bóng một tay trên vai.	– HS biết vận dụng: Bài tập tại chỗ chuyển bóng một tay trên vai để rèn luyện năng lực phối hợp vận động trong quá trình luyện tập.
– Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng: “ <i>Em hãy đánh giá những ưu điểm của kĩ thuật chuyển bóng một tay trên vai; (về lực, hướng chuyển bóng và phạm vi hoạt động) so với kĩ thuật chuyển bóng hai tay trước ngực..</i> ”	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi vận dụng.	Đáp án câu hỏi vận dụng: Đa dạng, linh hoạt, hiệu quả hơn so với kĩ thuật chuyển bóng hai tay trước ngực cả về lực, hướng chuyển và phạm vi hoạt động

– Giao nhiệm vụ cho HS luyện tập vào thời gian rèn luyện thể dục hằng ngày, có sản phẩm bằng hình ảnh hoặc video.	– Cá nhân chủ động thực hiện nhiệm vụ GV giao, có báo cáo (kèm theo minh chứng) hoặc trình diễn kết quả.	– Video tự luyện tập bài tập tại chỗ chuyển bóng một tay trên vai để rèn luyện năng lực phối hợp vận động khi rèn luyện thể dục hằng ngày.
---	--	--

HOẠT ĐỘNG KẾT THÚC

1. Mục tiêu: Đưa cơ thể HS trở về trạng thái ban đầu sau giờ học.
2. Nội dung: Hồi phục sau luyện tập; nhận xét, đánh giá kết quả học tập của HS.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Hướng dẫn HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Tự tổ chức thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Cơ thể HS được thả lỏng.
– Nhận xét về thái độ, đánh giá kết quả học tập và vận dụng của HS.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét.	– HS biết được kết quả học tập và vận dụng của bản thân.
– Hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét và hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới. Có thể đề xuất ý kiến với GV.	– HS biết nội dung cần chuẩn bị cho bài học tiếp theo.

TIẾT 4, 5, 6. LUYỆN TẬP KỸ THUẬT TẠI CHỖ CHUYỂN BÓNG MỘT TAY TRÊN VAI

I. MỤC TIÊU

1. Kiến thức

Nhận biết được nội dung, yêu cầu luyện tập kỹ thuật tại chỗ chuyển bóng một tay trên vai, biết cách luyện tập.

2. Năng lực

- Thực hiện được kỹ thuật tại chỗ chuyển bóng một tay trên vai; biết cách luyện tập và tổ chức luyện tập.
- Phán đoán, xử lý một số tình huống linh hoạt, phối hợp được với đồng đội trong luyện tập.

3. Phẩm chất

Chủ động hợp tác và giúp đỡ bạn trong học tập và rèn luyện thân thể.

II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU

- Sân tập TDTT hoặc nhà tập thể chất.
- Dụng cụ, trang thiết bị: Còi, bộ tranh ảnh, dụng cụ phục vụ dạy học và luyện tập Bóng rổ.
- SGK *Giáo dục thể chất 9* (Bộ sách *Kết nối tri thức với cuộc sống*).

III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC

HOẠT ĐỘNG MỞ ĐẦU

1. Mục tiêu: Cơ thể HS đạt trạng thái sẵn sàng thực hiện các bài tập vận động.
2. Nội dung: Khởi động tư duy, chuẩn bị tâm thế và khởi động cơ thể.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Nhận lớp, kiểm tra sĩ số, tình hình sức khoẻ học sinh.	– Chỉ huy tập trung lớp, đóng hàng và báo cáo sĩ số.	– HS xếp thành 3 hoặc 4 hàng ngang.
– Phổ biến mục tiêu, nội dung, nhiệm vụ học tập.	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết được nội dung bài học.
– Đặt câu hỏi để thu hút, kích lệ sự tập trung chú ý và khai thác vốn hiểu biết của HS đối với nội dung tiết học: “Kỹ thuật chuyển bóng một tay trên vai có thể phát huy được những ưu điểm gì của cầu thủ thực hiện?”	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi của GV.	– HS hình thành được mối liên hệ với nội dung bài học. Đáp án: Phát huy được lợi thế về chiều cao; lợi thế về sức mạnh của cơ tay, vai.
– Khởi động chung: Chạy chậm theo vòng tròn, xoay các khớp, ép dọc, ép ngang.	– Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng ngang).	– HS thực hiện đủ số lần theo nhịp hô của chỉ huy.
– Trò chơi hỗ trợ khởi động: “Cùng đồng đội chuyển bóng” (SGK GDTC 9 tr. 89; 90).	– Hoạt động cả lớp (đứng theo đội hình trò chơi quy định).	– HS được vận động và vui vẻ khi thực hiện trò chơi.

HOẠT ĐỘNG HÌNH THÀNH KIẾN THỨC MỚI

1. Mục tiêu: Hình thành ở HS kiến thức, kỹ năng thực hiện tại chỗ chuyển bóng một tay trên vai, biết cách luyện tập.
2. Nội dung: Kỹ thuật tại chỗ chuyển bóng một tay trên vai.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Sử dụng hình ảnh trực quan hoặc video (nếu có), phân tích thị phạm động tác mẫu kỹ thuật tại chỗ chuyển bóng một tay trên vai; cách luyện tập.	– Quan sát, ghi nhớ cấu trúc, trình tự kỹ thuật tại chỗ chuyển bóng một tay trên vai.	– HS hình thành biểu tượng đúng về kỹ thuật tại chỗ chuyển bóng một tay trên vai.
– Cho HS đồng loạt luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV về kỹ thuật tại chỗ chuyển bóng một tay trên vai..	– Luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV.	– HS bước đầu thực hiện kỹ thuật tại chỗ chuyển bóng một tay trên vai và biết phương pháp luyện tập.
– Chỉ dẫn các sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.	– Chú ý lắng nghe, tự sửa chữa.	– HS nhận biết được những sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.

HOẠT ĐỘNG LUYỆN TẬP

- 1.** Mục tiêu: Thực hành luyện tập kỹ thuật tại chỗ chuyển bóng một tay trên vai.
- 2.** Nội dung: Luyện tập kỹ thuật tại chỗ chuyển bóng một tay trên vai.
- 3.** Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Phổ biến nội dung, yêu cầu và hướng dẫn trình tự luyện tập.	– Chú ý lắng nghe và quan sát.	– HS biết được nội dung, yêu cầu và trình tự luyện tập.
– Tổ chức các hình thức luyện tập. – Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn hoạt động luyện tập của HS.	a) Luyện tập cặp đôi – Tại chỗ, luân phiên chuyển bóng một tay trên vai và bắt bóng bằng hai tay từ khoảng cách 3 – 5 m (tăng dần khoảng cách, tăng dần lực chuyển bóng), thực hiện 10 – 12 lần. – Di chuyển ngang, di chuyển tiến lùi phối hợp chuyển bóng một tay trên vai và bắt bóng bằng hai tay từ khoảng cách 3 – 5 m, thực hiện 10 – 12 lần. b) Luyện tập nhóm Luân phiên chỉ huy nhóm luyện tập: – Nhóm ba (hoặc bốn) bạn đứng thành hình tam giác (hoặc hình vuông) lần lượt chuyển bóng một tay	– HS thực hiện được đúng số lần và cự li.

	trên vai và bắt bóng bằng hai tay theo chiều kim đồng hồ, sau đó đổi theo chiều ngược lại. Mỗi bạn thực hiện 5 – 7 lần. – Nhóm đứng thành ba hàng dọc với khoảng cách mỗi hàng 4 – 5 m, lần lượt ba bạn (mỗi hàng một bạn) kết hợp di chuyển ra trước, luân phiên chuyển bóng một tay trên vai và bắt bóng hai tay (sang trái, phải) trên cự li 20 – 25 m.	
– Hướng dẫn HS phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.		– HS tự phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.

HOẠT ĐỘNG VẬN DỤNG

1. Mục tiêu: HS vận dụng được nội dung bài học vào thực tiễn học tập hoặc cuộc sống.
2. Nội dung: Vận dụng kỹ thuật tại chỗ chuyển bóng một tay trên vai để rèn luyện năng lực phối hợp vận động.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

GV tổ chức hoạt động	Hoạt động của HS	Kết quả/sản phẩm học tập
– Hướng dẫn HS vận dụng trong quá trình luyện tập: Thay đổi nội dung và yêu cầu tập luyện theo hướng: Tăng khoảng cách, tăng lực chuyển bóng và mức độ chính xác; phối hợp di chuyển và chuyển bắt bóng; phối hợp với các kỹ thuật khác	– Vận dụng bài tập kỹ thuật tại chỗ chuyển bóng một tay trên vai.	– HS biết vận dụng: Bài tập tại chỗ chuyển bóng một tay trên vai để rèn luyện năng lực phối hợp vận động trong quá trình luyện tập.
– Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng: “ <i>Luyện tập kỹ thuật chuyển bóng một tay trên vai thường gặp những sai sót nào?</i> ”	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi vận dụng.	Đáp án câu hỏi vận dụng: Phối hợp thiếu đồng bộ giữa hoạt động của tay, vai và thân trên; không phát huy được sức mạnh của các nhóm cơ vai, ngực; các ngón tay không mở rộng khi giữ bóng và chuyển bóng đi.
– Giao nhiệm vụ cho HS luyện tập vào thời gian rèn luyện thể dục hằng ngày, có sản phẩm bằng hình ảnh hoặc video.	– Cá nhân chủ động thực hiện nhiệm vụ GV giao, có báo cáo (kèm theo minh chứng) hoặc trình diễn kết quả.	– Video tự luyện tập bài tập tại chỗ chuyển bóng một tay trên vai để rèn luyện năng lực phối hợp vận động khi rèn luyện thể dục hằng ngày.

HOẠT ĐỘNG KẾT THÚC

1. Mục tiêu: Đưa cơ thể HS trở về trạng thái ban đầu sau giờ học.
2. Nội dung: Hồi phục sau luyện tập; nhận xét, đánh giá kết quả học tập của HS.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Hướng dẫn HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Tự tổ chức thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Cơ thể HS được thả lỏng.
– Nhận xét về thái độ, đánh giá kết quả học tập và vận dụng của HS.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét.	– HS biết được kết quả học tập và vận dụng của bản thân.
– Hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét và hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới. Có thể đề xuất ý kiến với GV.	– HS biết nội dung cần chuẩn bị cho bài học tiếp theo.

TIẾT 7, 8. PHỐI HỢP DẪN BÓNG, CHUYỂN BÓNG VÀ NÉM RỔ

I. MỤC TIÊU

1. Kiến thức

Nhận biết được nội dung, yêu cầu luyện tập phối hợp dẫn bóng, chuyển bóng và ném rổ, biết cách luyện tập.

2. Năng lực

- Thực hiện được phối hợp dẫn bóng, chuyển bóng và ném rổ; biết cách luyện tập và tổ chức luyện tập.
- Phán đoán, xử lý một số tình huống linh hoạt, phối hợp được với đồng đội trong luyện tập.
- Có sự phát triển về sức mạnh, năng lực liên kết động tác và năng lực định hướng.

3. Phẩm chất

Chủ động hợp tác và giúp đỡ bạn trong học tập và rèn luyện thân thể.

II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU

- Sân tập TDTT hoặc nhà tập thể chất.
- Dụng cụ, trang thiết bị: Còi, bộ tranh ảnh, dụng cụ phục vụ dạy học và luyện tập Bóng rổ.
- SGK *Giáo dục thể chất 9* (Bộ sách *Kết nối tri thức với cuộc sống*).

III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC

HOẠT ĐỘNG MỞ ĐẦU

1. Mục tiêu: Cơ thể HS đạt trạng thái sẵn sàng thực hiện các bài tập vận động.
2. Nội dung: Chuẩn bị tâm thế và khởi động cơ thể.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Nhận lớp, kiểm tra sĩ số, tình hình sức khoẻ học sinh.	– Chỉ huy tập trung lớp, đóng hàng và báo cáo sĩ số.	– HS xếp thành 3 hoặc 4 hàng ngang.
– Phổ biến mục tiêu, nội dung, nhiệm vụ học tập.	– Chú ý lắng nghe.	– HS biết được nội dung bài học.
– Khởi động chung: Chạy chậm theo vòng tròn, xoay các khớp, ép dọc, ép ngang.	– Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng ngang).	– HS thực hiện đủ số lần theo nhịp hô của chỉ huy.
– Khởi động chuyên môn: Tại chỗ tung và bắt bóng bằng hai tay trên cao; tại chỗ và di chuyển chuyển, bắt bóng hai tay trước ngực, hai tay trên đầu; dẫn bóng thay đổi tốc độ trên đường thẳng, đường vòng.	– Hoạt động cả lớp (đứng theo hàng dọc).	– HS thực hiện đủ 1 lần x 15 m.

HOẠT ĐỘNG HÌNH THÀNH KIẾN THỨC MỚI

1. Mục tiêu: Hình thành ở HS kiến thức, kĩ năng thực hiện phối hợp dẫn bóng, chuyển bóng và ném rổ, biết cách luyện tập.
2. Nội dung: Phối hợp dẫn bóng, chuyển bóng và ném rổ.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Sử dụng hình ảnh trực quan hoặc video (nếu có), phân tích thị phạm động tác mẫu phối hợp dẫn bóng, chuyển bóng và ném rổ; cách luyện tập.	– Quan sát, ghi nhớ cấu trúc, trình tự phối hợp dẫn bóng, chuyển bóng và ném rổ.	– HS hình thành biểu tượng đúng về phối hợp dẫn bóng, chuyển bóng và ném rổ.
– Cho HS đồng loạt luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV về phối hợp dẫn bóng, chuyển bóng và ném rổ.	– Luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV.	– HS bước đầu thực hiện phối hợp dẫn bóng, chuyển bóng và ném rổ và biết phương pháp luyện tập.

– Chỉ dẫn các sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.	– Chú ý lắng nghe, tự sửa chữa.	– HS nhận biết được những sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa.
--	---------------------------------	--

HOẠT ĐỘNG LUYỆN TẬP

1. Mục tiêu: Thực hành luyện tập phối hợp dẫn bóng, chuyển bóng và ném rổ.
2. Nội dung: Luyện tập phối hợp dẫn bóng, chuyển bóng và ném rổ.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Phổ biến nội dung, yêu cầu và hướng dẫn trình tự luyện tập.	– Chú ý lắng nghe và quan sát.	– HS biết được nội dung, yêu cầu và trình tự luyện tập.
– Tổ chức các hình thức luyện tập. – Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn hoạt động luyện tập của HS.	Luyện tập nhóm Luân phiên chỉ huy nhóm luyện tập: – Nhóm ba (hoặc bốn) bạn đứng thành hình tam giác (hoặc hình vuông) lần lượt chuyển bóng một tay trên vai và bắt bóng bằng hai tay theo chiều kim đồng hồ, sau đó đổi theo chiều ngược lại. Mỗi bạn thực hiện 5 – 7 lần. – Nhóm đứng thành ba hàng dọc với khoảng cách mỗi hàng 4 – 5 m, lần lượt ba bạn (mỗi hàng một bạn) kết hợp di chuyển ra trước, luân phiên chuyển bóng một tay trên vai và bắt bóng hai tay (sang trái, phải) trên cự li 20 – 25 m. – Luyện tập bài tập phối hợp dẫn bóng, chuyển bóng và ném rổ, mỗi bạn thực hiện 3 – 5 lần. 	– HS thực hiện được đúng số lần và cự li
– Hướng dẫn HS phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.		– HS tự phát hiện và sửa chữa sai sót khi luyện tập.

HOẠT ĐỘNG VẬN DỤNG

1. Mục tiêu: HS vận dụng được nội dung bài học vào thực tiễn học tập hoặc cuộc sống.
2. Nội dung: Vận dụng phối hợp dẫn bóng, chuyển bóng và ném rổ để rèn luyện năng lực phối hợp vận động.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Hướng dẫn HS vận dụng trong quá trình luyện tập: Thay đổi nội dung và yêu cầu tập luyện theo hướng: Tăng khoảng cách, tăng lực chuyển bóng và mức độ chính xác; phối hợp di chuyển và chuyển bất bóng; phối hợp với các kỹ thuật khác	– Vận dụng bài tập kỹ thuật tại chỗ chuyển bóng một tay trên vai.	– HS biết vận dụng: Bài tập tại chỗ chuyển bóng một tay trên vai để rèn luyện năng lực phối hợp vận động trong quá trình luyện tập.
– Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng: “+ Câu 1. Có thể phối hợp di chuyển với chuyển bóng một tay trên vai được không? + Câu 2. Có thể phối hợp tại chỗ bật nhảy với chuyển bóng một tay trên vai được không?”	– Suy nghĩ, trả lời câu hỏi vận dụng.	Đáp án câu hỏi vận dụng: + Câu 1. Được. + Câu 2. Được.
– Giao nhiệm vụ cho HS luyện tập vào thời gian rèn luyện thể dục hằng ngày, có sản phẩm bằng hình ảnh hoặc video.	– Cá nhân chủ động thực hiện nhiệm vụ GV giao, có báo cáo (kèm theo minh chứng) hoặc trình diễn kết quả.	– Video tự luyện tập bài tập phối hợp dẫn bóng, chuyển bóng và ném rổ để rèn luyện năng lực phối hợp vận động khi rèn luyện thể dục hằng ngày.

HOẠT ĐỘNG KẾT THÚC

1. Mục tiêu: Đưa cơ thể HS trở về trạng thái ban đầu sau giờ học.
2. Nội dung: Hồi phục sau luyện tập; nhận xét, đánh giá kết quả học tập của HS.
3. Tổ chức thực hiện và sản phẩm:

<i>GV tổ chức hoạt động</i>	<i>Hoạt động của HS</i>	<i>Kết quả/sản phẩm học tập</i>
– Hướng dẫn HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Tự tổ chức thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh.	– Cơ thể HS được thả lỏng.

– Nhận xét về thái độ, đánh giá kết quả học tập và vận dụng của HS.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét.	– HS biết được kết quả học tập và vận dụng của bản thân.
– Hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới.	– Chú ý lắng nghe GV nhận xét và hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị bài học mới. Có thể đề xuất ý kiến với GV.	– HS biết nội dung cần chuẩn bị cho bài học tiếp theo.

TIẾT KIỂM TRA – ĐÁNH GIÁ NỘI DUNG CHỦ ĐỀ BÓNG RỔ HỌC KÌ 1

I. MỤC TIÊU

- Kiểm tra Phần hai: Thể thao tự chọn – Chủ đề 3: Bóng rổ.
- Vận dụng được kiến thức đã học để làm bài kiểm tra – đánh giá.

II. THIẾT BỊ KIỂM TRA – ĐÁNH GIÁ VÀ HỌC LIỆU

- Sân bóng rổ.
- Dụng cụ, trang thiết bị: Còi, thước dây, cột bóng rổ, quả bóng rổ.

III. TỔ CHỨC CÁC HOẠT ĐỘNG KIỂM TRA – ĐÁNH GIÁ

<i>Nội dung kiểm tra</i>	<i>Tổ chức kiểm tra</i>	<i>Tiêu chí đánh giá</i>
HS lựa chọn 1 trong 2 nội dung kiểm tra: 1. Đột phá bước thuận – Thực hiện: Tại chỗ đột phá bước thuận sang phải, sang trái phối hợp dẫn bóng và thực hiện hai bước ném rổ một tay dưới thấp – Yêu cầu: khoảng cách 10 m 2. Đột phá bước chéo – Thực hiện: Dẫn bóng đột phá bước chéo sang phải, sang trái và thực hiện hai bước ném rổ một tay dưới thấp. – Yêu cầu: khoảng cách 10 m	 (Đội hình kiểm tra Đột phá bước thuận)  (Đội hình kiểm tra Đột phá bước chéo)	– Cơ thể HS được thả lỏng. – Đúng kỹ thuật. – Thực hiện đúng luật bóng rổ. – Đường dẫn bóng nhanh, đột phá qua người. – Ném bóng vào rổ.

Thang đánh giá

GV căn cứ vào: Kiến thức + Năng lực + Thái độ và sự tiến bộ của HS để xây dựng thang đánh giá cho phù hợp.

TIẾT KIỂM TRA – ĐÁNH GIÁ NỘI DUNG CHỦ ĐỀ BÓNG RỔ HỌC KÌ 2

I. MỤC TIÊU

- Kiểm tra Phần hai: Thể thao tự chọn – Chủ đề 3: Bóng rổ.
- Vận dụng được kiến thức đã học để làm bài kiểm tra – đánh giá.

II. THIẾT BỊ KIỂM TRA – ĐÁNH GIÁ VÀ HỌC LIỆU

- Sân bóng rổ.
- Dụng cụ, trang thiết bị: Còi, thước dây, cột bóng rổ, quả bóng rổ.

III. TỔ CHỨC CÁC HOẠT ĐỘNG KIỂM TRA – ĐÁNH GIÁ

<i>Nội dung kiểm tra</i>	<i>Tổ chức kiểm tra</i>	<i>Tiêu chí đánh giá</i>
Kỹ thuật tại chỗ chuyền bóng một tay trên vai – Thực hiện: Phối hợp dẫn bóng, chuyền bóng và ném rổ 2 lần – Yêu cầu: khoảng cách 10 m	 (Đội hình kiểm tra Phối hợp dẫn bóng, chuyền bóng và ném rổ)	– Đúng kỹ thuật. – Thực hiện đúng luật bóng rổ. – Dẫn bóng nhanh, chuyền bóng chính xác – Ném bóng vào rổ.

Thang đánh giá

GV căn cứ vào: Kiến thức + Năng lực + Thái độ và sự tiến bộ của HS để xây dựng thang đánh giá cho phù hợp.

Chịu trách nhiệm xuất bản: Tổng Giám đốc **Hoàng Lê Bách**
Chịu trách nhiệm nội dung: Tổng biên tập **Phạm Vĩnh Thái**
Tổ chức và chịu trách nhiệm bản thảo: Phó Tổng biên tập **Vũ Trung Chính**
Tổng Giám đốc CTCP Đầu tư và Phát triển Giáo dục Hà Nội **Lê Thành Anh**
Biên tập nội dung: Lưu Quốc Hà
Trình bày bìa: Đỗ Trường Sơn
Thiết kế sách: Thái Mỹ Dung
Sửa bản in: Lưu Quốc Hà
Chế bản: Công ty CP Đầu tư và Phát triển Giáo dục Hà Nội

Bản quyền thuộc Nhà xuất bản Giáo dục Việt Nam
và Công ty cổ phần Đầu tư và Phát triển Giáo dục Hà Nội.

Tất cả các phần của nội dung cuốn sách này đều không được sao chép, lưu trữ, chuyển thể dưới bất kì hình thức nào khi chưa có sự cho phép bằng văn bản của Nhà xuất bản Giáo dục Việt Nam và Công ty cổ phần Đầu tư và Phát triển Giáo dục Hà Nội.

KẾ HOẠCH BÀI DẠY GIÁO DỤC THỂ CHẤT 9

Mã số:
In ... bản, khổ...
Tại ...
Số ĐKXB: /CXBIPH//GD
Số QĐXB: .../QĐ-GD ngày ... tháng ... năm ...
In xong và nộp lưu chiểu tháng ... năm 20...