

I. MỞ ĐẦU

1. Mục tiêu

- Biết và thực hiện được động tác dẫn bóng từ đó phát triển khả năng phản xạ.
- Tích cực, có ý thức tự giác trong tập luyện và hoạt động tập thể.
- Tuân thủ các yêu cầu giáo viên đặt ra trong quá trình luyện tập. Có ý thức tham gia các bài tập do giáo viên tổ chức trong buổi học.

2. Phương tiện dạy học

- Sân bóng đá sạch sẽ và không ẩm ướt hay trơn trượt (có thể tập luyện trên sân trường có vạch kẻ như sân bóng đá và hai cầu môn).
- Còi, vật chuẩn.
- Bóng cỡ nhỏ (nên chuẩn bị đầy đủ cho tất cả học sinh).

3. Khởi động

– **Đứng vỗ tay tại chỗ:** Giáo viên cho học sinh xếp thành 2 – 3 hàng ngang (có thể xếp thành vòng tròn) thực hiện động tác vỗ tay cao qua đầu theo nhịp 1 – 2.



Đứng vỗ tay tại chỗ

– **Chạy nhẹ nhàng:** Giáo viên cho học sinh xếp thành 2 – 3 hàng dọc và chạy nhẹ nhàng trên địa hình tự nhiên (giáo viên có thể cho học sinh chạy vòng tròn).



Chạy nhẹ nhàng

– **Căng cơ:** Căng cơ toàn thân, căng cơ lườn, căng cơ bụng, căng cơ đùi, ép dẻo dọc, ép dẻo ngang...



Căng cơ

4. Trò chơi hỗ trợ khởi động

Trò chơi: “Tay cao – tay thấp”



Trò chơi “Tay cao – tay thấp”

– Chuẩn bị: Sân bãi rộng rãi, không ẩm ướt và trơn trượt.

– Cách chơi: Giáo viên cho học sinh xếp thành vòng tròn và đứng giữa vòng tròn. Giáo viên hô các khẩu lệnh “Tay cao!”, “Tay thấp!” kết hợp thực hiện động tác và yêu cầu học sinh thực hiện theo khẩu lệnh đã hô của giáo viên. Học sinh nào thực hiện sai động tác thì bị loại. Để tăng độ khó trò chơi, giáo viên có thể thực hiện động tác khác với khẩu lệnh đã hô, hoặc bổ sung thêm các khẩu lệnh khác như tay dang ngang, tay ra trước,...

II. KIẾN THỨC MỚI

1. Dẫn bóng theo đường thẳng

thẳng: Chia lớp thành nhiều nhóm nhỏ, các nhóm đứng sau vạch xuất phát, dẫn bóng đến vạch đích định sẵn.



Dẫn bóng theo đường thẳng



Dẫn bóng vòng qua vật chuẩn

2. Dẫn bóng vòng qua vật chuẩn

vật chuẩn: Tương tự với dẫn bóng theo đường thẳng nhưng phải dẫn bóng vòng qua vật chuẩn rồi quay về vạch xuất phát.

3. Dẫn và đá bóng vào cầu môn: Tương tự như dẫn bóng theo đường thẳng, nhưng khi nghe hiệu lệnh thì học sinh đá bóng vào cầu môn. Giáo viên có thể sắp xếp trước vị trí đá bóng của học sinh để tăng độ khó.



Dẫn và đá bóng vào cầu môn

❖ Hướng dẫn dạy học kiến thức mới

+ **Làm mẫu động tác:** Giáo viên làm mẫu động tác 2 – 3 lần.

Lần 1: Thực hiện mẫu toàn động tác để học sinh có thể quan sát, nắm được hình ảnh khái quát ban đầu của động tác.

Lần 2: Thực hiện động tác kết hợp miêu tả, giải thích các bước tiến hành động tác. Chú ý nhấn mạnh các lỗi sai mà học sinh có thể mắc phải khi thực hiện động tác.

Lần 3: Thực hiện lại để học sinh có thể nắm vững toàn bộ động tác. Giáo viên có thể mời 2 – 4 học sinh bất kì lên thực hiện để cả lớp quan sát và nhận xét.

+ **Một số lưu ý khi thực hiện:**

Giáo viên cần định hướng vị trí chính xác, khoảng cách ngắn và số lần lặp lại ít ở các nội dung dẫn bóng, nếu không sẽ dẫn đến sự nhầm lẫn khi thực hiện.

Giáo viên có thể lồng ghép các nội dung tập luyện vào các trò chơi hỗ trợ kiến thức thì sẽ đạt hiệu quả cao hơn.

III. LUYỆN TẬP

1. Luyện tập đồng loạt – theo nhóm

– *Luyện tập đồng loạt:*

+ Giáo viên đóng vai trò người điều khiển và thực hiện các khẩu lệnh để học sinh thực hiện bài dẫn bóng.

+ Bên cạnh đó, giáo viên cũng có thể mời 1 – 2 học sinh lên thực hiện cho cả lớp quan sát và sửa lỗi sai.



Luyện tập đồng loạt – theo nhóm

– *Luyện tập theo nhóm:*

+ Giáo viên chia lớp thành các nhóm từ 8 – 10 học sinh, lần lượt các học sinh thay phiên lên điều khiển nhóm thực hiện các bài tập dẫn bóng.

+ Giáo viên có thể cho kết hợp với bài dẫn và đá bóng vào cầu môn để tăng tính thi đua và hào hứng khi luyện tập.

2. Luyện tập cá nhân – cặp đôi



Luyện tập cá nhân – cặp đôi

+ Giáo viên cho học sinh nhóm thành cặp đôi với nhau và tiến hành thực hiện bài dẫn bóng theo đường thẳng: một học sinh hò và học sinh còn lại thực hiện động tác hay cả hai cùng thực hiện xem ai thực hiện tốt hơn.

+ Trong quá trình luyện tập, học sinh có thể quan sát và sửa sai cho bạn cùng tập, giúp phát triển năng lực giao tiếp và tập cho học sinh biết giúp đỡ nhau.

❖ Trò chơi bổ trợ

Trò chơi: "Ai dẫn bóng nhanh hơn?"



Trò chơi "Ai dẫn bóng nhanh hơn?"

- Mục đích: Nâng cao sự khéo léo, tính linh hoạt và phối hợp vận động.
- Chuẩn bị: Sân bãi rộng rãi, không ẩm ướt và trơn trượt; còi.
- Cách chơi: Giáo viên chia học sinh thành 2 nhóm có số lượng bằng nhau, các bạn xếp hàng ngang đứng đối diện và cách nhau 10 – 15 m, bóng được đặt ở giữa. Khi có hiệu lệnh thì lần lượt các thành viên trong nhóm chạy tới vị trí đặt bóng, rồi dẫn bóng về nhóm mình, chạm tay bạn tiếp theo để tiếp tục. Nhóm nào mang được nhiều bóng về nhất trong thời gian quy định là nhóm thắng cuộc.

IV. VẬN DỤNG

Bạn ở hình nào đang thực hiện động tác dẫn bóng?



Hình 1



Hình 2



Hình 3

Đáp án: Hình 1