

II – KẾ HOẠCH DẠY HỌC

| TT | Tên bài | Kế hoạch thực hiện | | |
|----|---|--------------------|----------------|-----------------|
| | | Tiết 1 - 7 | Tiết 8 - 17 | Tiết 18 - 24 |
| 1 | Bài tập bổ trợ và di chuyển đơn bước | + | | |
| 2 | Kỹ thuật đánh cầu thấp tay bên phải, bên trái | | + | |
| 3 | Kỹ thuật phát cầu trái tay | | | + |

B - MỤC TIÊU VÀ YÊU CẦU CẨN ĐẶT CỦA CHỦ ĐỀ

I – MỤC TIÊU

- Trang bị cho HS một số kiến thức, kỹ năng ban đầu về cầu lông.
- Rèn luyện và phát triển thể lực, kỹ năng phối hợp vận động.
- Hình thành và phát triển nhu cầu, thói quen thường xuyên tự rèn luyện thân thể.

II – YÊU CẦU CẨN ĐẶT

1. Kiến thức

- Nhận biết được mục đích, tác dụng của luyện tập cầu lông.
- Nhận biết, ghi nhớ được tên gọi, cấu trúc của một số kỹ thuật cầu lông.
- Biết cách thực hiện và vận dụng các bài tập vận động của chủ đề.
- Biết cách phối hợp nhóm để luyện tập.

2. Kỹ năng

- Thực hiện được các bài tập vận động theo yêu cầu về cấu trúc, trình tự và nhịp điệu.
- Bước đầu thể hiện khả năng phối hợp đồng đội trong luyện tập.
- Phát hiện và tự sửa chữa được một số sai sót đơn giản trong luyện tập.

3. Thể lực

- Bước đầu có cảm giác đúng về phương hướng, tốc độ và khả năng dùng sức khi thực hiện các bài tập vận động.
- Có sự phát triển về sức bền chung, năng lực liên kết vận động, năng lực nhịp điệu.

4. Thái độ

- Tích cực, tự giác trong luyện tập.
- Có nhu cầu thường xuyên vận động cơ thể.

C - NỘI DUNG VÀ PHƯƠNG PHÁP DẠY HỌC CHỦ ĐỀ

Bài tập bổ trợ và di chuyển đơn bước

A - MỤC TIÊU VÀ YÊU CẦU CẨN ĐẠT

I – MỤC TIÊU

Làm quen với vợt, cầu và luyện tập di chuyển đơn bước.

II – YÊU CẦU CẨN ĐẠT

- Kiến thức: Nhận biết được các hình thức làm quen với vợt, cầu và di chuyển đơn bước, biết cách tập luyện.
- Kỹ năng: Thực hiện được các bài tập bổ trợ và di chuyển đơn bước.
- Thể lực: Có sự phát triển về thể lực chung và năng lực liên kết vận động.
- Thái độ: Tự giác, kiên trì tự học và rèn luyện để hoàn thành nội dung học tập.

B - HƯỚNG DẪN TỔ CHỨC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC

I – TỔ CHỨC HOẠT ĐỘNG MỞ ĐẦU

(Hoạt động chung cả lớp)

1. Hoạt động của GV

- Giới thiệu nội dung, nhiệm vụ học tập.
- Sử dụng phương tiện trực quan giúp HS có nhận biết ban đầu về môn cầu lông: Hình dáng sân, cột, lưới tập luyện và thi đấu cầu lông; hình dáng vợt, cầu,...
- Đặt câu hỏi để thu hút, khích lệ sự tập trung chú ý và khai thác vốn hiểu biết của HS về cầu lông:
 - + Mục đích tác dụng của luyện tập và thi đấu cầu lông?
 - + Môn Cầu lông gồm những hoạt động nào?
 - Tổng hợp, nhận xét ý kiến của HS, đưa ra phương án trả lời đúng.
 - Khởi động cơ thể: Tổ chức và hướng dẫn HS khởi động cơ thể bằng các hoạt động đơn giản, quen thuộc (chạy tại chỗ, xoay các khớp, trò chơi hỗ trợ khởi động).

2. Hoạt động của HS

- Quan sát hình ảnh, nhận biết và liên hệ với những hiểu biết đã có về môn Cầu lông.
- Thảo luận, trả lời câu hỏi của GV.
- Thực hiện bài tập khởi động cơ thể.