

II – YẾU CẦU CẦN ĐẠT

1. Kiến thức

Nhận biết và ghi nhớ:

- Mục đích, tác dụng luyện tập kĩ thuật ném bóng.
- Hình thái, cấu trúc, cách thực hiện các giai đoạn của kĩ thuật ném bóng.
- Cách phát hiện một số sai sót đơn giản trong luyện tập và cách khắc phục.
- Cách vận dụng các bài tập và TCVD để tự luyện tập, vui chơi giải trí.

2. Kĩ năng

- Thực hiện được kĩ thuật các giai đoạn ném bóng.
- Phát hiện và tự sửa chữa được một số sai sót đơn giản trong luyện tập.
- Bước đầu thực hành có hiệu quả hoạt động cá nhân, tổ, nhóm trong luyện tập.
- Vận dụng được các bài tập đã học để tự luyện tập.

3. Thể lực

Có sự phát triển về:

- Năng lực liên kết vận động và năng lực nhịp điệu.
- Thể lực chung, đặc biệt là sức mạnh tay – ngực.

4. Thái độ

- Tích cực, tự giác và nỗ lực ý chí trong luyện tập.
- Có tinh thần hợp tác trong luyện tập.
- Bước đầu có thói quen và nhu cầu tự luyện tập.

C - NỘI DUNG VÀ PHƯƠNG PHÁP DẠY HỌC CHỦ ĐỀ

Bài 1

Các động tác bổ trợ kĩ thuật ném bóng

A - MỤC TIÊU VÀ YẾU CẦU CẦN ĐẠT

I – MỤC TIÊU

Luyện tập các động tác bổ trợ kĩ thuật ném bóng.