

## Bài 2

## LÀM QUEN PHỐI HỢP ĐỔ BÓNG VÀ DẪN BÓNG



### Mục tiêu, yêu cầu cần đạt

- Biết và thực hiện được động tác phối hợp đổ bóng và dẫn bóng.
- Chăm chỉ, chủ động và đoàn kết trong tập luyện.



### MỞ ĐẦU

Khởi  
động

Xoay  
các khớp

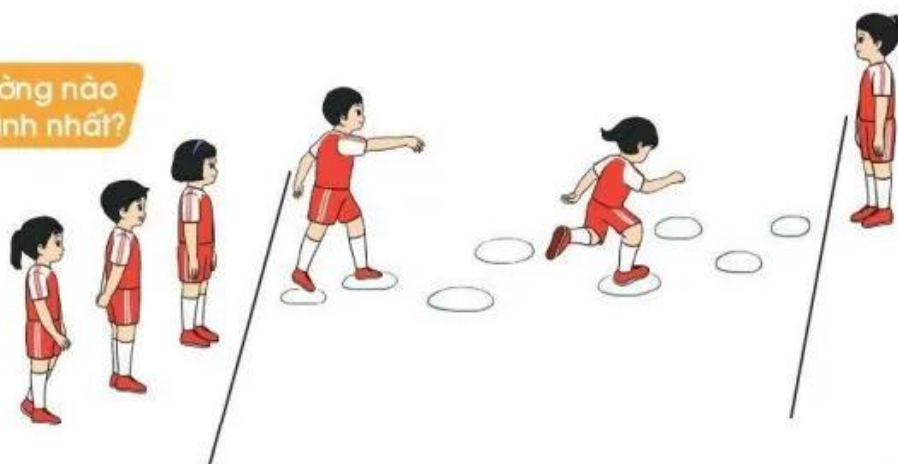


Kéo dãn cơ



Trò chơi  
bổ trợ  
khởi động

Đường nào  
nhANH NHẤT?





## KIẾN THỨC MỚI

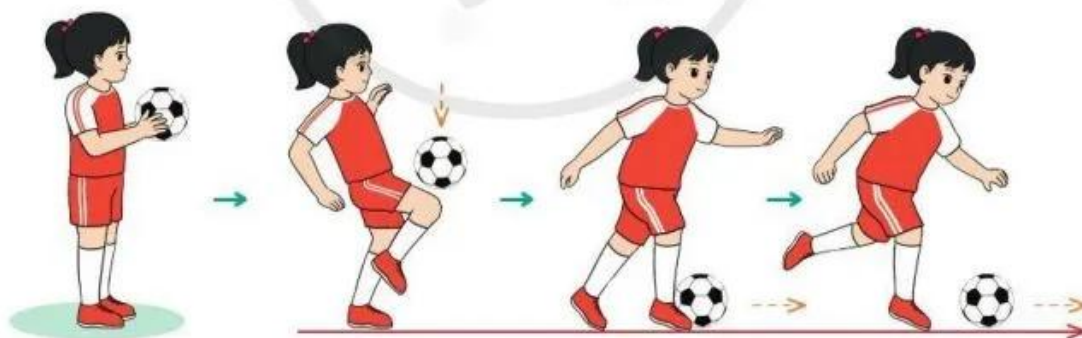
### 1 Làm quen đồ bóng bằng bàn chân



**Tư thế chuẩn bị:**  
Đứng tự nhiên,  
hai tay cầm bóng  
trước ngực.

**Động tác:**  
Thả bóng, đồng thời nâng bàn chân thuận  
đỡ bóng. Khi bóng rơi xuống đất, thực hiện  
giữ bóng bằng bàn chân.

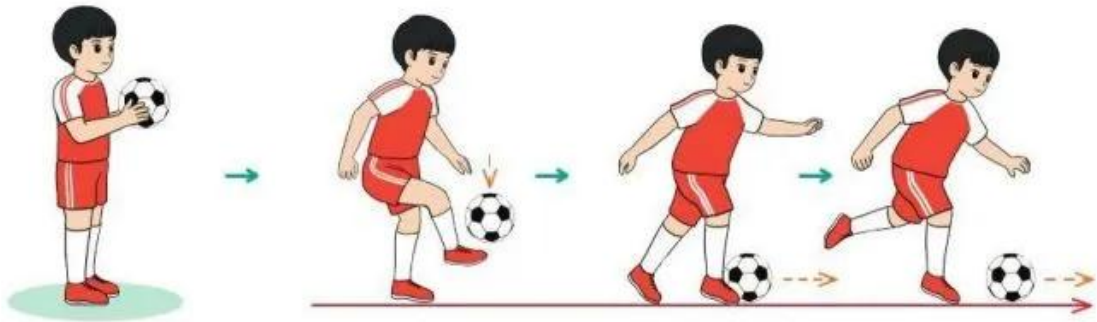
### 2 Làm quen phối hợp đồ bóng bằng đùi và dẫn bóng



**Tư thế chuẩn bị:**  
Đứng tự nhiên,  
hai tay cầm bóng  
trước ngực.

**Động tác:**  
Thả bóng, đồng thời nâng đùi chân thuận  
đỡ bóng. Khi bóng rơi xuống đất, thực hiện  
dẫn bóng di chuyển về trước.

### 3 Làm quen phối hợp đỡ bóng bằng bàn chân và dẫn bóng

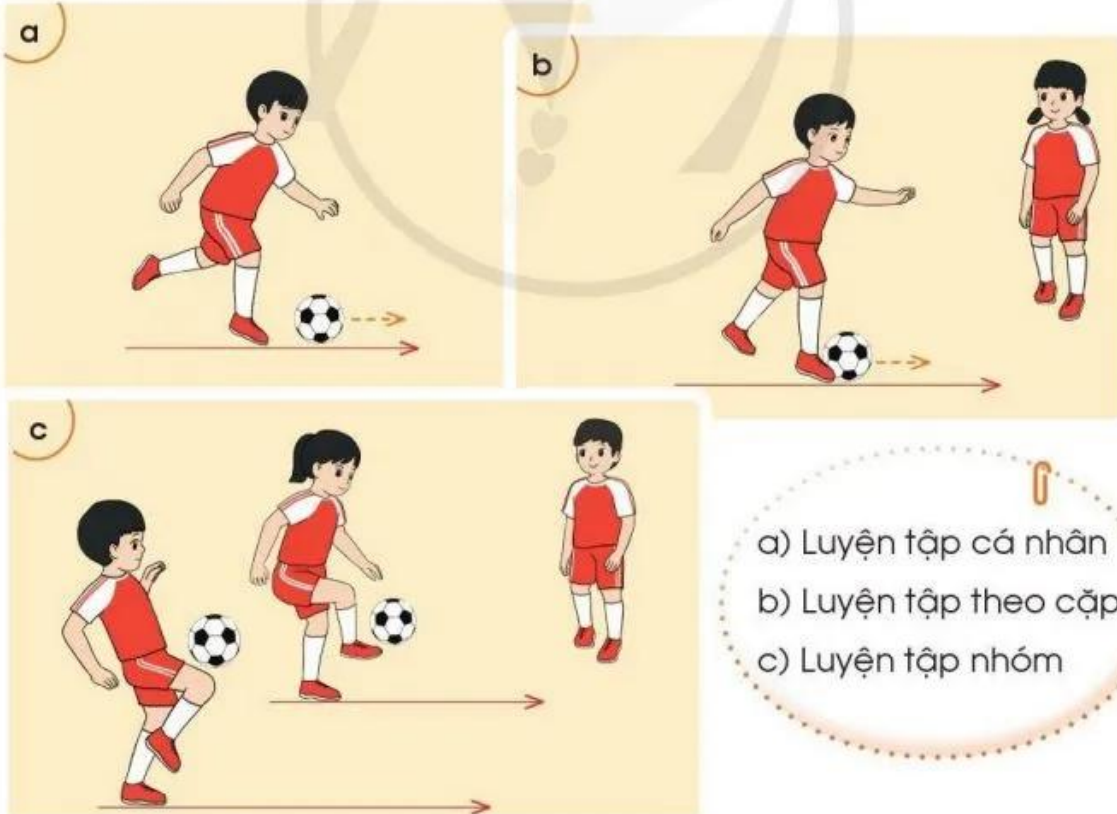


**Tư thế chuẩn bị:**  
Đứng tự nhiên,  
hai tay cầm bóng  
trước ngực.

**Động tác:**  
Thả bóng, đồng thời nâng bàn chân thuận  
đỡ bóng. Khi bóng rơi xuống đất, thực hiện  
dẫn bóng di chuyển về trước.

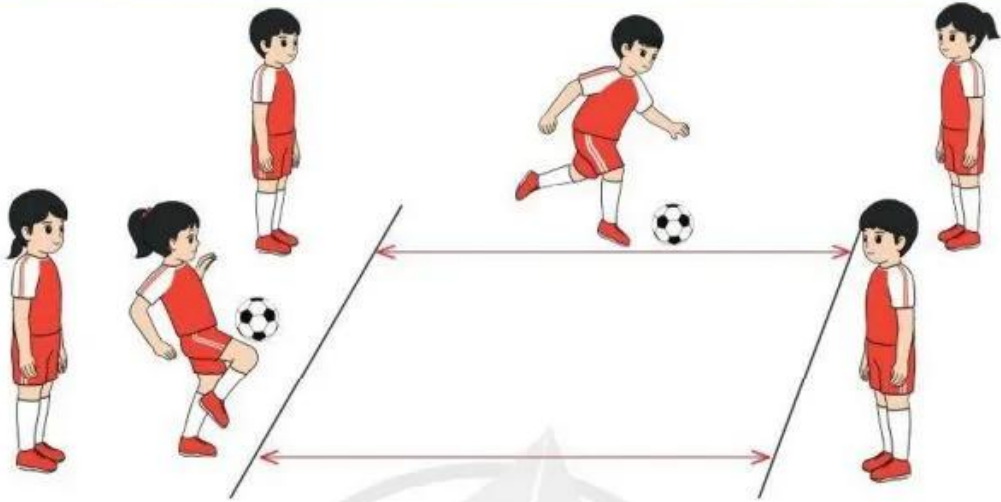


#### LUYỆN TẬP





Trò chơi vận động hỗ trợ môn Bóng đá  
Trò chơi: "Đỡ và dẫn bóng đối người"



VẬN DỤNG

1 Em hãy cho biết tên và thực hiện động tác trong hình dưới đây.



2 Em cùng gia đình chơi đá bóng để nâng cao sức khỏe.



### Bài 3

## LÀM QUEN PHỐI HỢP ĐỠ BÓNG VÀ ĐÁ BÓNG



### Mục tiêu, yêu cầu cần đạt

- Biết và thực hiện được động tác phối hợp đờ bóng và đá bóng.
- Chăm chỉ, chủ động và đoàn kết trong tập luyện.



### MỞ ĐẦU

Khởi  
động

Xoay  
các khớp

Kéo dãn cơ

Trò chơi  
bổ trợ  
khởi động

Qua  
đường hầm

