

Bài 17. NÉM BÓNG BẰNG HAI TAY TRÊN ĐẦU RA TRƯỚC



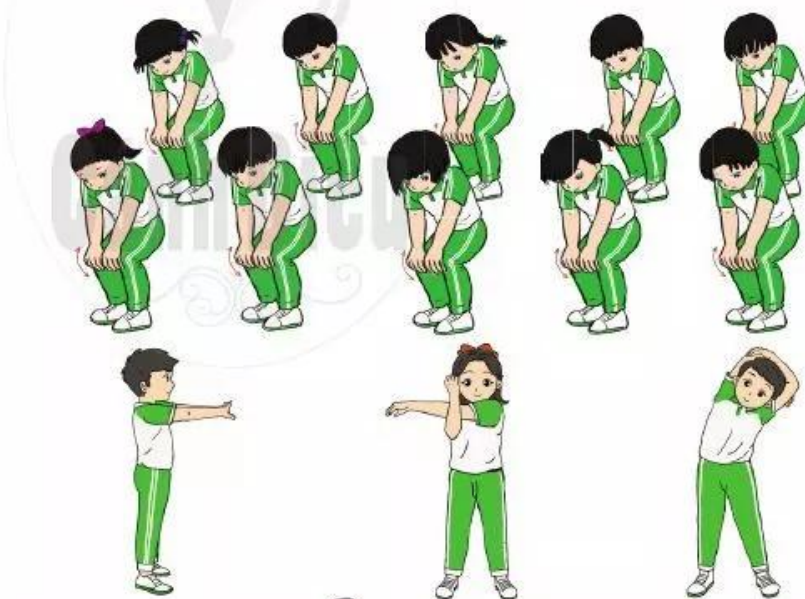
Mục tiêu, yêu cầu cần đạt:

- Thực hiện được Ném bóng bằng hai tay trên đầu ra trước.
- Biết quan sát tranh ảnh và động tác mẫu của giáo viên để tập luyện.
- Tích cực tham gia tập luyện.



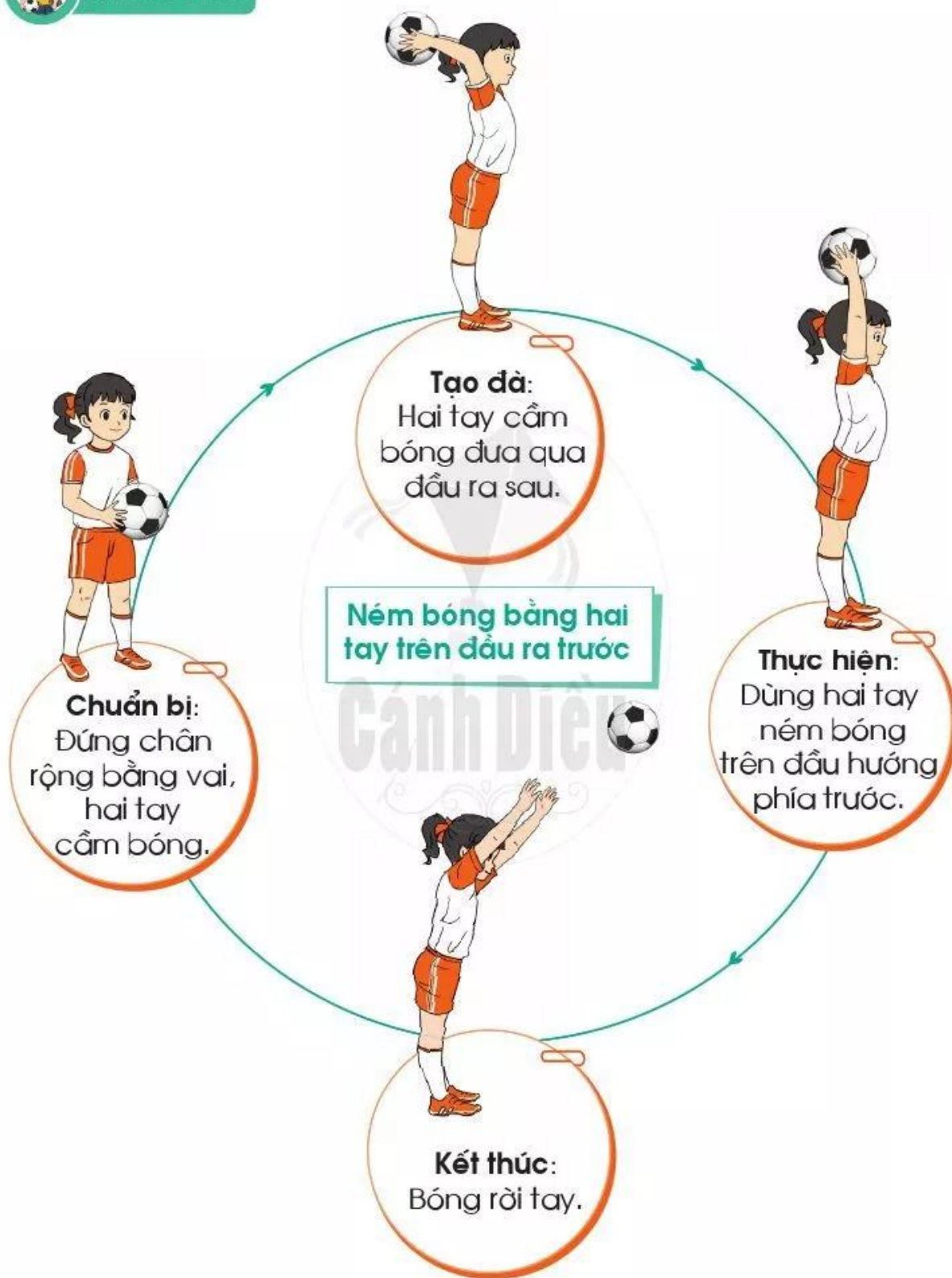
MỞ ĐẦU

Khởi động



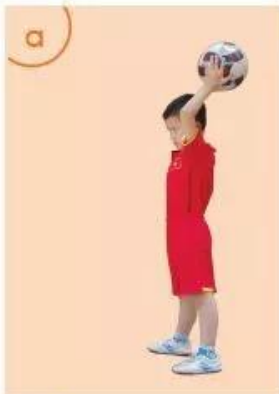
Trò chơi hỗ trợ khởi động







LUYỆN TẬP



- a - Tập cá nhân
- b - Tập cặp đôi
- c - Tập theo tổ



Trò chơi vận động bổ trợ môn thể thao ưa thích.
 Có thể sử dụng một số trò chơi như: Tung bóng cho nhau;
 Khéo vướn chân, chạm người;...



VẬN DỤNG

Quan sát hình sau, cho biết các bạn đang ở tư thế nào của động tác Ném bóng bằng hai tay trên đầu ra trước.

