

## Bài 18. LÀM QUEN DỪNG BÓNG BẰNG GAN BÀN CHÂN



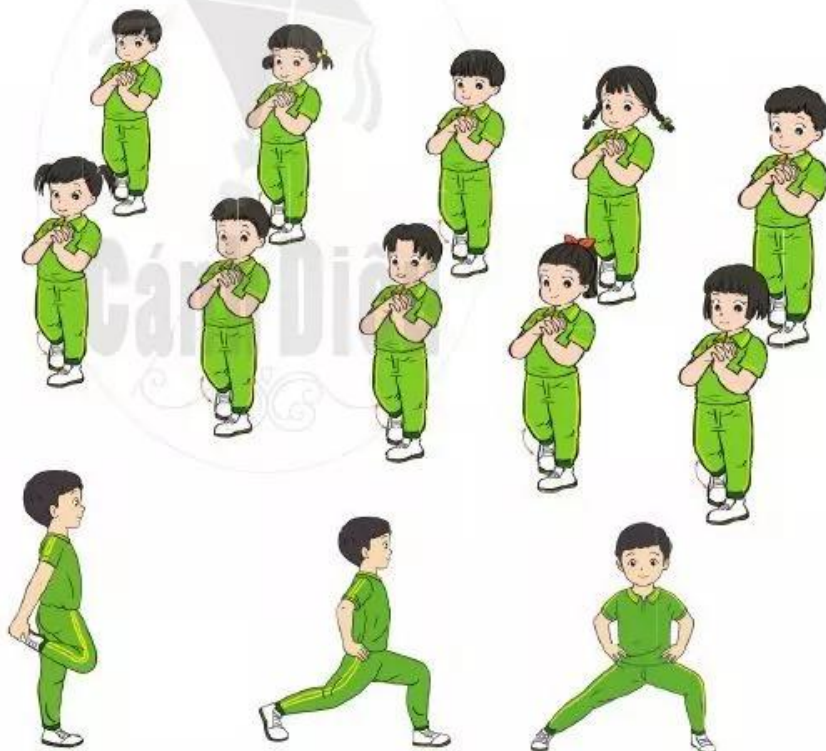
### Mục tiêu, yêu cầu cần đạt:

- Thực hiện được dừng bóng bằng gan bàn chân.
- Biết quan sát tranh ảnh và động tác mẫu của giáo viên để tập luyện.
- Tích cực tham gia tập luyện.



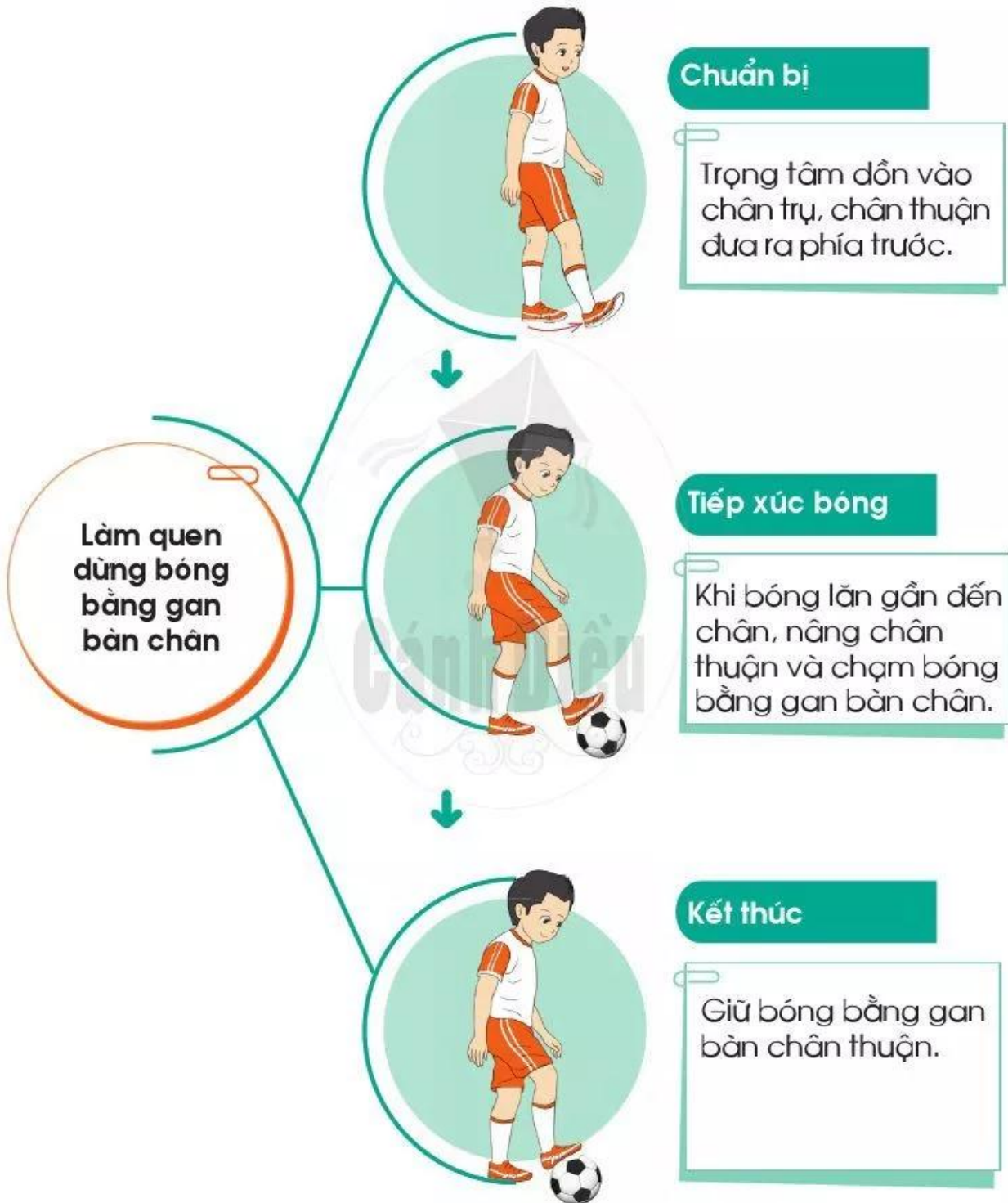
### MỞ ĐẦU

### Khởi động



### Trò chơi hỗ trợ khởi động







## LUYỆN TẬP



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



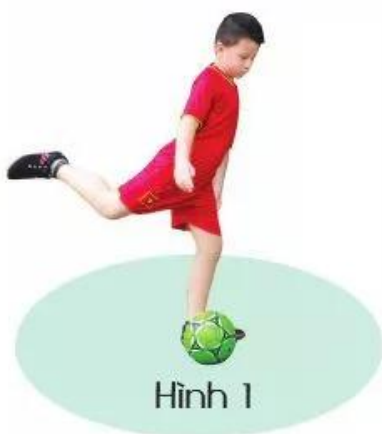
Trò chơi vận động bổ trợ môn thể thao ưa thích.

Có thể sử dụng một số trò chơi như: *Ai nhanh và khéo hơn;*  
*Bóng đuổi nhau;*...



## VẬN DỤNG

Khi bóng lăn đến, em dùng động tác ở hình nào dưới đây để giữ bóng?



Hình 1



Hình 2



Hình 3