



NHÀ XUẤT BẢN ĐẠI HỌC SƯ PHẠM
NHÀ XUẤT BẢN ĐẠI HỌC SƯ PHẠM TP HỒ CHÍ MINH
CÔNG TY ĐẦU TƯ XUẤT BẢN – THIẾT BỊ GIÁO DỤC VIỆT NAM

Mang cuộc sống vào bài học – Đưa bài học vào cuộc sống

TÀI LIỆU BỒI DƯỠNG GIÁO VIÊN
SỬ DỤNG SÁCH GIÁO KHOA
GIÁO DỤC THỂ CHẤT 6
CÁNH DIỀU

HÀ NỘI – 2021

NHÀ XUẤT BẢN ĐẠI HỌC SƯ PHẠM
NHÀ XUẤT BẢN ĐẠI HỌC SƯ PHẠM TP HỒ CHÍ MINH
CÔNG TY ĐẦU TƯ XUẤT BẢN – THIẾT BỊ GIÁO DỤC VIỆT NAM (VEPIC)

TÀI LIỆU BỒI DƯỠNG GIÁO VIÊN
SỬ DỤNG SÁCH GIÁO KHOA
GIÁO DỤC THỂ CHẤT 6
CÁNH ĐIỀU

HÀ NỘI - 2021

MỤC LỤC

I. NHỮNG VẤN ĐỀ CHUNG

1. Giới thiệu về chương trình môn Giáo dục thể chất 6.....	3
1.1. Mục tiêu chương trình Giáo dục thể chất cấp trung học cơ sở	3
1.2. Yêu cầu cần đạt	3
1.3. Nội dung sách giáo khoa Giáo dục thể chất 6.....	4
2. Giới thiệu chung về sách giáo khoa Giáo dục thể chất 6	5
2.1. Quan điểm biên soạn sách giáo khoa Giáo dục thể chất 6	5
2.2. Một số đặc điểm nổi bật của cuốn sách giáo khoa Giáo dục thể chất 6.....	5
2.3. Phân phối nội dung theo Chương trình môn Giáo dục thể chất 6.....	10
2.4. Yêu cầu về phương pháp dạy học	11
2.5. Đánh giá kết quả học tập của học sinh.....	12
3. Giới thiệu sách giáo khoa và hệ thống tài liệu tham khảo, bổ trợ.....	14

II. BÀI SOẠN MINH HOẠ

1. Bài soạn minh họa số 1.....	15
2. Bài soạn minh họa số 2.....	20
3. Bài soạn minh họa số 3.....	26

I. NHỮNG VẤN ĐỀ CHUNG

1. Giới thiệu về Chương trình môn Giáo dục thể chất 6

1.1. Mục tiêu chương trình Giáo dục thể chất cấp trung học cơ sở

Môn Giáo dục thể chất (GDTC) giúp học sinh (HS) tiếp tục củng cố và phát triển các kỹ năng chăm sóc sức khỏe, vệ sinh thân thể và vận động cơ bản, thói quen tập luyện và kỹ năng thể dục thể thao (TDTT); nếp sống lành mạnh, hoà đồng và trách nhiệm; ý thức tự giác, tích cực vận dụng những điều đã học để tham gia các hoạt động TDTT; bồi dưỡng năng khiếu thể thao.

1.2. Yêu cầu cần đạt

a) Yêu cầu cần đạt về phẩm chất chủ yếu và năng lực chung của môn Giáo dục thể chất

Môn GDTC góp phần hình thành và phát triển ở HS các phẩm chất chủ yếu và năng lực chung theo các mức độ phù hợp với môn học, cấp học đã được quy định tại Chương trình tổng thể.

b) Yêu cầu cần đạt về năng lực đặc thù cấp trung học cơ sở

Chương trình môn GDTC giúp HS hình thành và phát triển năng lực thể chất với các thành phần sau: năng lực chăm sóc sức khỏe, năng lực vận động cơ bản, năng lực hoạt động TDTT. Yêu cầu cần đạt về năng lực thể chất đặc thù đối với HS cấp THCS cụ thể như sau:

- Năng lực chăm sóc sức khỏe:
 - + Hình thành được nền nếp vệ sinh cá nhân, vệ sinh trong tập luyện thể dục thể thao.
 - + Có kiến thức cơ bản và ý thức thực hiện chế độ dinh dưỡng trong tập luyện và đời sống hằng ngày để bảo vệ, tăng cường sức khỏe.
 - + Tích cực tham gia các hoạt động tập thể trong môi trường tự nhiên để rèn luyện sức khỏe.
- Năng lực vận động cơ bản:
 - + Hiểu được vai trò quan trọng của các kỹ năng vận động cơ bản đối với việc phát triển các tổ chức thể lực.
 - + Thực hiện thuần thục các kỹ năng vận động cơ bản được học trong chương trình môn học.
 - + Hình thành được thói quen vận động để phát triển các tổ chức thể lực.
- Năng lực hoạt động thể dục thể thao:

- + Hiểu được vai trò, ý nghĩa của thể dục thể thao đối với cơ thể và cuộc sống.
- + Lựa chọn được và thường xuyên tập luyện nội dung thể thao phù hợp để nâng cao sức khoẻ, phát triển thể lực.
- + Tham gia có trách nhiệm, hoà đồng với tập thể trong tập luyện thể dục thể thao và các hoạt động khác trong cuộc sống.

c) Yêu cầu cần đạt đối với học sinh lớp 6

- Nhận biết được các yếu tố dinh dưỡng cơ bản có ảnh hưởng trong tập luyện và phát triển thể chất.
- Biết một số điều luật cơ bản ở các nội dung: Chạy cự li ngắn (60 m); Ném bóng; Chạy cự li trung bình và môn thể thao lựa chọn.
- Thực hiện được các động tác hỗ trợ kỹ thuật chạy; làm quen với các giai đoạn chạy cự li ngắn (60 m), chạy cự li trung bình.
- Thực hiện được các động tác hỗ trợ kỹ thuật ném bóng. Thực hiện được kỹ thuật ném bóng.
- Thực hiện đúng các động tác trong bài tập thể dục liên hoàn.
- Thực hiện được các bài tập hỗ trợ và động tác kỹ thuật cơ bản của môn thể thao lựa chọn. Thực hiện được một số tình huống phối hợp vận động với đồng đội trong bài tập.
- Biết lựa chọn và tham gia các hoạt động trò chơi vận động phù hợp với yêu cầu, nội dung bài học nhằm phát triển tố chất thể lực.
- Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.
- Hoàn thành lượng vận động của bài tập.
- Tự giác, tích cực, đoàn kết và giúp đỡ bạn trong tập luyện. Biết điều khiển tổ, nhóm tập luyện và nhận xét kết quả tập luyện.
- Vận dụng được kiến thức, kỹ năng đã học để rèn luyện hằng ngày.

1.3. Nội dung sách giáo khoa Giáo dục thể chất 6

Phần 1: KIẾN THỨC CHUNG

Chế độ dinh dưỡng trong tập luyện TDTT.

Phần 2: VẬN ĐỘNG CƠ BẢN

- Chạy cự li ngắn (60 m).
- Ném bóng.
- Chạy cự li trung bình.
- Bài tập thể dục.

Phần 3: THỂ THAO TỰ CHỌN

Căn cứ vào điều kiện thực tế của địa phương và nhà trường, định hướng cho HS lựa chọn một trong những nội dung thể thao phù hợp với đặc điểm cá nhân và lứa tuổi: Điền kinh; Thể dục; Bơi; Bóng đá; Bóng chuyền; Bóng rổ; Cầu lông; Đá cầu; Bóng bàn; Võ; Khiêu vũ thể thao; Thể dục nhịp điệu; các môn thể thao truyền thống của địa phương;...

- Trò chơi vận động hỗ trợ cho môn thể thao lựa chọn.

2. Giới thiệu chung về sách giáo khoa Giáo dục thể chất 6

2.1. Quan điểm biên soạn sách giáo khoa Giáo dục thể chất 6

- Dựa trên nền tảng lý luận, thực tiễn, khoa học sư phạm và khoa học về TDDT;
- Nội dung phù hợp với đặc điểm lứa tuổi, tâm sinh lý HS lớp 6.
- Nội dung, hình thức mang tính gợi mở, tạo điều kiện để giáo viên (GV) và HS lựa chọn, sáng tạo trong quá trình giảng dạy và học tập.
- Cấu trúc trình bày sách đảm bảo tính khoa học, sáng tạo, phù hợp với quan điểm xây dựng chương trình và đáp ứng các yêu cầu quy định của Bộ GD&ĐT.

2.2. Một số đặc điểm nổi bật của cuốn sách giáo khoa Giáo dục thể chất 6

a) Đặc điểm nổi bật về cấu trúc

- Cấu trúc chung:

Nội dung trong sách giáo khoa GDTC 6 được chia thành 3 phần: Kiến thức chung, Vận động cơ bản và Thể thao tự chọn. Căn cứ theo quy định chung của Chương trình môn GDTC 6, các nội dung được đưa vào các phần của sách giáo khoa GDTC 6 như sơ đồ 1:



Sơ đồ 1: Cấu trúc nội dung sách giáo khoa Giáo dục thể chất 6

+ Phần Kiến thức chung: Trang bị cho HS các kiến thức về chế độ dinh dưỡng trong tập luyện TDDT.

+ Phần *Vận động cơ bản*: Gồm bốn nội dung Chạy cự li ngắn (60 m), Ném bóng và Chạy cự li trung bình và Bài tập thể dục.

+ Phần *Thể thao tự chọn*: Lựa chọn 1 trong 3 môn thể thao tự chọn: Bóng rổ, Bóng đá hoặc Đá cầu.

Ngoài cấu trúc các phần kiến thức theo quy định của chương trình, cuốn sách được thiết kế bổ sung *Danh mục chữ viết tắt và kí hiệu* vào phần đầu và *Bảng giải thích thuật ngữ* vào phần cuối, giúp người đọc dễ dàng sử dụng, tra cứu nội dung, qua đó nâng cao hiệu quả sử dụng sách.

– *Cấu trúc bài học*:

Cấu trúc các bài học trong từng chủ đề gồm 4 hoạt động: Mở đầu, Kiến thức mới, Luyện tập và Vận dụng.

Mở đầu:

+ *Mục tiêu, yêu cầu cần đạt*: Xác định rõ mục tiêu và yêu cầu cần đạt sau khi hoàn thành các nội dung của bài học.

+ Giới thiệu các nội dung khởi động chung và khởi động chuyên môn.

Kiến thức mới:

+ *Giới thiệu kĩ thuật, động tác mới*: Kênh hình và kênh chữ được phối hợp linh hoạt để mô tả, phân tích giai đoạn, cách thức thực hiện các động tác kĩ thuật.

+ *Giới thiệu một số quy định, điều luật cơ bản*: nội dung phần này được chọn lọc và giới thiệu ngắn gọn, dễ hiểu những điều luật, quy định cơ bản của từng môn thể thao cụ thể.

Luyện tập:

+ *Giới thiệu các bài tập theo nội dung kiến thức mới*: Trong đó, xác định rõ mục đích tập luyện, đồng thời giới thiệu và định hướng một số hình thức tập luyện, làm tăng sự lựa chọn khi tổ chức giảng dạy và tập luyện.

+ *Giới thiệu các trò chơi vận động theo hai hướng*: Bổ trợ học tập nội dung phần kiến thức mới và phát triển tố chất thể lực liên quan.

Vận dụng:

+ Giới thiệu và gợi ý các nội dung, phương pháp để HS tự đánh giá và GV đánh giá kiến thức của HS sau khi hoàn thành bài học.

+ Giới thiệu, định hướng nội dung vận dụng kiến thức vào thực tiễn.

b) Nội dung sách giáo khoa Giáo dục thể chất 6 viết theo định hướng phát triển phẩm chất và năng lực

Nội dung được lựa chọn và giới thiệu theo hướng phát triển các phẩm chất, năng lực và kỹ năng, qua đó phát triển toàn diện về thể chất và tinh thần cho HS, đáp ứng mục tiêu, yêu cầu của môn học GDTC 6, cụ thể:

PHẦN 1 KIẾN THỨC CHUNG	Giúp HS nhận biết được yếu tố dinh dưỡng cơ bản có ảnh hưởng trong tập luyện, trong phát triển thể chất và biết cách ứng dụng vào thực tiễn.
PHẦN 2 VẬN ĐỘNG CƠ BẢN	Trang bị cho HS một số điều luật cơ bản, thực hiện được các động tác kỹ thuật cơ bản, biết tự chỉnh sửa động tác, biết giúp đỡ bạn trong tập luyện và tham gia các trò chơi vận động phù hợp.
PHẦN 3 THỂ THAO TỰ CHỌN	Trang bị một số điều luật cơ bản, các kỹ năng vận động chuyên môn cơ bản, đặc thù của từng môn thể thao tự chọn (Bóng rổ, Bóng đá và Đá cầu).

Các nội dung được lựa chọn và đưa vào các chủ đề, bài học đều có tác dụng phát huy khả năng vận dụng các kiến thức và kỹ năng chuyên môn vào thực tiễn hoạt động tập luyện, thi đấu thể thao cũng như các hoạt động sinh hoạt, rèn luyện thể chất hằng ngày.

c) Kiến thức được giới thiệu theo hướng gợi mở giúp phát huy khả năng tư duy, sáng tạo của cả giáo viên và học sinh

Nội dung học tập ở mỗi bài học được trình bày theo trình tự: ①Giới thiệu những kiến thức cần học ở phần *Kiến thức mới*; ②Giới thiệu các bài tập luyện tập và trò chơi vận động ở phần *Luyện tập*; ③Định hướng nội dung, phương pháp đánh giá, giới thiệu và định hướng ứng dụng kiến thức đã học vào các hoạt động thực tiễn ở phần *Vận dụng*. Trong đó, ở phần *Luyện tập* và *Vận dụng*, cuốn sách tập trung trình bày các nội dung theo hướng giới thiệu và gợi mở nhằm giúp GV và HS phát huy khả năng tư duy, sáng tạo trong quá trình giảng dạy và học tập. Cụ thể nội dung ở hai phần này được bố cục như sau:

– Phần *Luyện tập*: Gồm có các bài tập luyện tập và trò chơi vận động.

Bài tập luyện tập:

+ Trên cơ sở các nội dung ở phần *Kiến thức mới*, các bài tập ở phần luyện tập được trình bày theo nhóm và giới thiệu theo mục đích tập luyện.

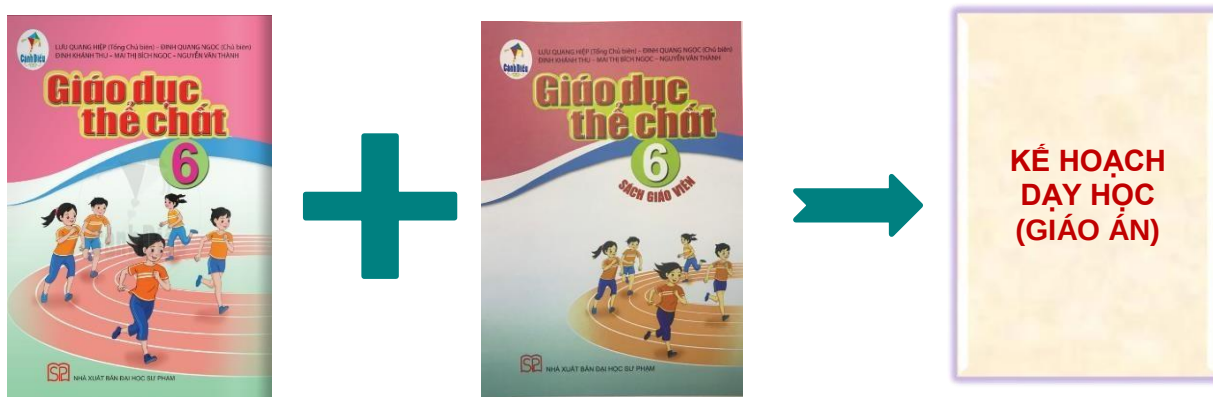
+ Trong mỗi bài tập lại đưa ra định hướng hình thức tổ chức tập luyện (tập cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm).

Trò chơi vận động:

- + Các trò chơi phát triển tố chất thể lực.
- + Các trò chơi bổ trợ, nâng cao hiệu quả học tập các nội dung ở phần *Kiến thức mới*.
- Phần *Vận dụng*: Được trình bày theo hai hướng:
 - + Giới thiệu, gợi ý nội dung, phương pháp đánh giá kết quả học tập của HS.
 - + Định hướng, hướng dẫn cách thức vận dụng các kiến thức đã học vào thực tiễn.

Với cấu trúc và cách thức trình bày các nội dung ở phần *Luyện tập* và *Vận dụng*, GV và HS có thể phát huy được khả năng tư duy sáng tạo để tạo ra các giờ học, các buổi tập sinh động và hiệu quả. Cụ thể:

– Đối với GV: Kết cấu nội dung trong từng bài học ở từng chủ đề, cùng với nội dung hướng dẫn chi tiết trong cuốn *Giáo dục thể chất 6 – Sách giáo viên*, cho phép GV chủ động đổi mới phương pháp, linh hoạt sử dụng phương tiện, hình thức dạy học và đánh giá HS. Qua đó nâng cao được chất lượng biên soạn *Kế hoạch dạy học (giáo án)*, tăng tính hấp dẫn, đa dạng cho các giờ học và nâng cao hiệu quả dạy học (sơ đồ 2).



Sơ đồ 2: Cách thức lựa chọn nội dung và xây dựng kế hoạch dạy học (giáo án)

Trong đó:

- + Sách giáo khoa cung cấp nội dung kiến thức mới, giới thiệu các nội dung luyện tập và trò chơi theo hướng gợi mở, định hướng nội dung và phương pháp đánh giá.
- + Sách giáo viên cung cấp nội dung chi tiết phần kiến thức mới và trình tự giảng dạy; giới thiệu, mở rộng và gợi ý các nội dung, hình thức bài tập luyện tập, trò chơi vận động; gợi ý, hướng dẫn nội dung, phương pháp đánh giá kết quả học tập của HS; giới thiệu và gợi ý vận dụng kiến thức đã học vào thực tiễn.
- + Kế hoạch bài dạy (giáo án): GV căn cứ lịch trình giảng dạy, nghiên cứu nội dung sách giáo khoa và tham khảo sách giáo viên, từ đó linh hoạt lựa chọn, điều chỉnh nội dung, phương pháp trong quá trình giảng dạy đảm bảo tính phù hợp và hiệu quả.

– Đối với học sinh: Trên cơ sở tham khảo nội dung sách giáo khoa, cùng với sự hướng dẫn của GV, sẽ giúp HS phát huy khả năng tư duy, sáng tạo và chủ động tham gia học tập, đồng thời biết tự đánh giá kết quả học tập của bản thân.

d) Các chủ đề, nội dung trong sách GDTC 6 thể hiện rõ yêu cầu tích hợp và phân hoá

Nội dung kiến thức, phương pháp giáo dục và đánh giá kết quả giáo dục được trình bày trong sách giáo khoa GDTC 6 thể hiện rõ sự tích hợp và phân hoá, cụ thể:

– Tích hợp: Nội dung kiến thức được giới thiệu thể hiện rõ sự tích hợp:

+ Tích hợp giữa kiến thức chung về TDTT với kiến thức của Y sinh học.

+ Tích hợp giữa kiến thức chung về TDTT với kiến thức đặc thù, riêng lẻ của từ môn thể thao cụ thể.

+ Tích hợp giữa TDTT với âm nhạc, vũ đạo (trong chủ đề Bài tập thể dục).

+ Tích hợp kiến thức giữa các chủ đề ở phần Vận động cơ bản, với phần Thể thao tự chọn.

– Phân hoá: Do nội dung kiến thức trình bày trong sách mang tính gợi mở, do vậy:

+ HS sẽ phát huy ở mức độ khác nhau tùy thuộc năng lực, khả năng tư duy, sáng tạo trong quá trình học tập và vận dụng kiến thức vào thực tiễn tập luyện.

+ Khả năng tư duy, sáng tạo, trình độ chuyên môn và năng lực sư phạm sẽ quyết định tính hiệu quả dạy học của GV.

e) Các chủ đề thể hiện yêu cầu về đổi mới đánh giá

Trên cơ sở những định hướng về mục tiêu đánh giá, nguyên tắc đánh giá và hình thức đánh giá của Chương trình GDTC theo Chương trình Giáo dục phổ thông 2018, nội dung và phương pháp đánh giá được đổi mới, đan xen đưa vào phần đầu và phần cuối của mỗi bài học. Cụ thể:

– Phân định hướng nội dung đánh giá được đưa vào đầu mỗi bài học, trong phần *Mục tiêu, yêu cầu cần đạt*. Điều này giúp GV và HS có định hướng nội dung cần đánh giá ngay từ khi bắt đầu bài học. Theo đó, sẽ có định hướng tập trung hơn vào các nội dung kiến thức, kỹ năng cần trang bị và rèn luyện, giúp nâng cao được hiệu quả giảng dạy và học tập.

– Nội dung và cách thức đánh giá (đánh giá kiến thức, kỹ năng) trình bày tích hợp trong phần vận dụng.

Trên cơ sở hai nội dung trên, trong quá trình học tập, HS có thể thường xuyên tự mình đánh giá kết quả học tập theo từng nội dung kiến thức được trang bị, qua đó có thể có định hướng điều chỉnh hoặc tăng cường luyện tập để đạt được yêu cầu của bài học;

GV cũng có thể thường xuyên quan sát, kiểm tra đánh giá năng lực của HS để kịp thời điều chỉnh nội dung, tiến độ giảng dạy cho phù hợp với thực tiễn.

2.3. Phân phối nội dung theo Chương trình môn Giáo dục thể chất 6

Căn cứ theo quy định của Chương trình GDTC 6, căn cứ theo nội dung kiến thức trình bày trong cuốn sách giáo khoa GDTC 6, nội dung chương trình được phân phối cụ thể như trình bày ở bảng 1.

Bảng 1. Khung phân phối Chương trình môn Giáo dục thể chất 6

Phần	Nội dung		Số bài	Thời lượng	
				Tỉ lệ (%)	Số tiết (tiết)
1	Kiến thức chung		1		
2	Vận động cơ bản	Chạy cự li ngắn (60 m)	2	45	32
		Ném bóng	3		
		Chạy cự li trung bình	2		
		Bài tập thể dục	2	10	7
3	Thể thao tự chọn (Chọn 1 trong 3 môn)	Bóng rổ	4	35	24
		Bóng đá	4	35	24
		Đá cầu	4	35	24
4	Kiểm tra, đánh giá			10	7

Trên cơ sở phân phối nội dung chương trình như trình bày ở bảng 1, việc sắp xếp nội dung, kế hoạch giảng dạy ở các phần có thể tiến hành như sau:

+ Phần *Kiến thức chung*: GV xen kẽ, trang bị cho HS các kiến thức về chế độ dinh dưỡng trong tập luyện TDTT.

+ Phần *Vận động cơ bản*: Với tổng thời lượng là 32 tiết cho ba nội dung Chạy cự li ngắn (60 m), Ném bóng và Chạy cự li trung bình, GV có thể căn cứ vào thực tế năng lực tiếp thu kiến thức của HS trong quá trình học để linh hoạt sắp xếp kế hoạch giảng dạy (có thể tăng, hoặc giảm thời lượng ở từng nội dung, để đảm bảo HS đạt được yêu cầu cần đạt của từng bài học và toàn bộ chương trình môn học).

+ Phần *Thể thao tự chọn*: Lựa chọn 1 trong 3 môn thể thao: Bóng rổ, Bóng đá hoặc Đá cầu. Trong trường hợp các nhà trường có đủ điều kiện cơ sở vật chất, nhân lực, có thể cho HS lựa chọn học 2 hoặc cả 3 môn thể thao.

+ Phần *Đánh giá*: Thời lượng dành cho đánh giá có thể linh hoạt sử dụng trong cả quá trình dạy và học để HS và GV đánh giá và điều chỉnh kế hoạch tập luyện và giảng dạy cho phù hợp nhằm đảm bảo hoàn thành chương trình môn học.

2.4. Yêu cầu về phương pháp dạy học

Để đảm bảo giảng dạy có hiệu quả các nội dung kiến thức trong sách giáo khoa GDTC 6 “Cánh Diều”, qua đó giúp hình thành, phát triển phẩm chất chủ yếu và năng lực chung, hình thành và phát triển năng lực thể chất cho HS... trong quá trình giảng dạy, GV cần chú ý bám sát định hướng sử dụng phương pháp giáo dục theo chương trình GDTC mới năm 2018. Cụ thể:

– Sử dụng phương pháp giáo dục tích cực, lấy HS làm trung tâm, thực hiện chuyển quá trình giáo dục thành tự giáo dục; GV là người thiết kế, tổ chức, cố vấn, trọng tài, hướng dẫn hoạt động tập luyện cho HS, tạo môi trường học tập thân thiện để khuyến khích HS tích cực tham gia các hoạt động tập luyện, tự mình trải nghiệm, tự phát hiện bản thân và phát triển thể chất.

– Vận dụng linh hoạt các phương pháp dạy học đặc trưng như: trực quan, sử dụng lời nói, tập luyện, sửa sai, trò chơi, thi đấu, trình diễn,...; sử dụng nguyên tắc đối xử cá biệt, phù hợp với sức khỏe HS; kết hợp dụng cụ, thiết bị phù hợp, sử dụng hiệu quả các thành tựu của công nghệ thông tin để tạo nên giờ học sinh động, hiệu quả.

– Đa dạng hoá các hình thức tổ chức dạy học, cân đối giữa hoạt động tập thể lớp, hoạt động nhóm nhỏ và cá nhân, giữa dạy học bắt buộc và dạy học tự chọn, để đảm bảo vừa phát triển năng lực thể chất, vừa phát triển các phẩm chất chủ yếu và năng lực chung. Tích hợp kiến thức của các môn học liên quan, âm nhạc, võ đạo,... để tạo không khí vui tươi, hưng phấn trong tập luyện, làm cho HS yêu thích và đam mê tập luyện thể thao.

– Thông qua việc tổ chức các hoạt động học tập, GV giúp HS rèn luyện tính trung thực, tình cảm bạn bè, đồng đội, tinh thần trách nhiệm và ý thức tự giác, chăm chỉ tập luyện để phát triển hài hoà về thể chất, tinh thần, có những phẩm chất và năng lực cần thiết để trở thành người công dân có trách nhiệm, có sức khỏe, có văn hoá, đáp ứng yêu cầu sự nghiệp xây dựng, bảo vệ Tổ quốc.

– Đối với năng lực tự chủ và tự học: Trong quá trình dạy học, GV tổ chức cho HS thực hiện các hoạt động tìm tòi, khám phá, tra cứu thông tin, lập kế hoạch và thực hiện các bài tập thực hành, trò chơi vận động, từ đó hình thành và phát triển năng lực tự chủ và tự học cho HS.

– Đối với năng lực giao tiếp và hợp tác: GV tạo cơ hội cho HS thường xuyên được trao đổi, trình bày, chia sẻ và phối hợp thực hiện ý tưởng trong các bài thực hành, các trò chơi vận động, các hoạt động thi đấu có tính đồng đội. Từ đó hình thành và phát triển năng lực giao tiếp và hợp tác cho HS.

– Đối với năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo: Thông qua các hoạt động luyện tập, trò chơi, thi đấu và vận dụng linh hoạt các phương pháp tập luyện, GV gợi mở và tạo cơ hội cho HS vận dụng kiến thức để phát hiện vấn đề và đề xuất cách giải quyết, tư duy, sáng tạo và biết xây dựng, tổ chức thực hiện các bài tập, trò chơi vận động và vận dụng sáng tạo vào hoạt động tập luyện hằng ngày.

– Hình thành, phát triển năng lực chăm sóc sức khỏe: Thường xuyên tổ chức các buổi thảo luận, trao đổi kiến thức về chế độ dinh dưỡng trong tập luyện thể thao, tạo cơ hội cho HS trao đổi, trình bày những hiểu biết, kinh nghiệm của bản thân và từ đó hình thành thói quen, ý thức sinh hoạt, tập luyện hằng ngày một cách khoa học.

– Hình thành, phát triển năng lực vận động cơ bản, năng lực vận động đặc thù trong từng môn thể thao cụ thể: Thông qua dạy học các kỹ thuật động tác, tổ chức thực hiện các bài tập, trò chơi vận động... hình thành và phát triển kỹ năng vận động cơ bản, các kỹ năng vận động đặc thù trong từng môn thể thao cụ thể (phần Thể thao tự chọn), các tố chất thể lực cơ bản như: sức nhanh, sức mạnh, sức bền, khả năng mềm dẻo và khéo léo.

– Hình thành, phát triển năng lực hoạt động thể dục thể thao: GV vận dụng nguyên tắc giáo dục cá biệt, quan tâm phát hiện và hướng dẫn HS tập luyện các môn thể thao phù hợp với sở thích, sở trường; tạo cơ hội cho HS được quan sát và tham gia các trò chơi, các hoạt động cổ vũ và thi đấu thể thao, từ đó khơi dậy niềm đam mê, khả năng hoạt động thể dục thể thao, phát triển khả năng trình diễn và thi đấu.

2.5. Đánh giá kết quả học tập của học sinh

a) Mục tiêu đánh giá

Thu thập thông tin và so sánh mức độ đạt được của học sinh so với yêu cầu cần đạt của từng bài học, môn học nhằm cung cấp thông tin chính xác, kịp thời, có giá trị về sự tiến bộ của HS, mức độ đáp ứng yêu cầu cần đạt của chương trình để trên cơ sở đó điều chỉnh hoạt động dạy học và cách tổ chức quản lý nhằm không ngừng nâng cao chất lượng giáo dục.

b) Các nguyên tắc trong đánh giá

Đánh giá kết quả căn cứ vào mục tiêu và các yêu cầu cần đạt đối với từng bài học trong chương trình môn Giáo dục thể chất, theo các tiêu chuẩn đánh giá thể lực HS do Bộ Giáo dục và Đào tạo ban hành, chú trọng kỹ năng vận động và hoạt động TDTT của HS.

– Đánh giá phải bảo đảm toàn diện, khách quan, có phân hoá; kết hợp giữa đánh giá thường xuyên và định kì; kết hợp giữa đánh giá của GV, tự đánh giá và đánh giá của HS, đánh giá của cha mẹ HS. HS được biết thông tin về hình thức, thời điểm, cách đánh giá và chủ động tham gia quá trình đánh giá.

– Đánh giá phải coi trọng sự tiến bộ của HS về năng lực, thể lực và ý thức học tập; có tác dụng thúc đẩy và hỗ trợ HS phát triển các phẩm chất và năng lực; tạo được hứng thú và khích lệ tinh thần tập luyện của HS, qua đó khuyến khích học sinh tham gia các hoạt động TDTT ở trong và ngoài nhà trường.

c) Hình thức đánh giá

– *Đánh giá thường xuyên và đánh giá định kì*

+ *Đánh giá thường xuyên*: Bao gồm đánh giá chính thức (thông qua các hoạt động thực hành, tập luyện, trình diễn,...) và đánh giá không chính thức (bao gồm quan sát trên lớp, đối thoại, HS tự đánh giá,...) nhằm thu thập những thông tin về quá trình hình thành, phát triển năng lực của từng HS.

+ *Đánh giá định kì*: Nội dung đánh giá chú trọng đến kĩ năng thực hành, thể lực của HS; phối hợp với đánh giá thường xuyên cung cấp thông tin để phân loại HS và điều chỉnh nội dung, phương pháp giáo dục.

– *Đánh giá định tính và đánh giá định lượng*

+ *Đánh giá định tính*: Kết quả học tập được mô tả bằng lời nhận xét hoặc biểu thị bằng các mức xếp loại. HS có thể sử dụng hình thức này để tự đánh giá sau khi kết thúc mỗi nội dung, mỗi bài học hoặc GV sử dụng để đánh giá thường xuyên (không chính thức).

+ *Đánh giá định lượng*: Kết quả học tập được biểu thị bằng điểm số theo thang điểm 10. GV sử dụng hình thức đánh giá này đối với đánh giá thường xuyên chính thức và đánh giá định kì.

d) Nội dung và phương pháp đánh giá

– *Xác định nội dung đánh giá*

Nội dung đánh giá được xác định thông qua nội dung trong phần *Mục tiêu, yêu cầu cần đạt* ở đầu mỗi bài học và trong phần *Vận dụng* ở cuối mỗi bài học trong từng chủ đề. Trên cơ sở đó, theo tiến trình giảng dạy của chương trình GDTC 6, nội dung đánh giá được lựa chọn dựa trên tiến độ giảng dạy và hình thức đánh giá (học đến đâu, đánh giá đến đó).

Nội dung đánh giá gồm: *Kiến thức* (sự hiểu biết về luật, lí thuyết về kĩ thuật động tác,...), *Kĩ năng* (khả năng thực hiện kĩ thuật động tác, kĩ năng vận dụng kĩ thuật vào hoạt động thi đấu, trò chơi...) và *Thể lực*.

– *Phương pháp đánh giá*

+ Đánh giá *Kiến thức*: Sử dụng các câu hỏi lựa chọn (đúng, sai), câu hỏi đóng, câu hỏi mở để kiểm tra kiến thức của HS; phương pháp thảo luận nhóm.

+ Đánh giá *Kĩ năng*: Sử dụng phương pháp quan sát (quan sát HS thực hiện các kĩ thuật, động tác, khả năng thực hiện các bài tập, trò chơi vận động...), phương pháp kiểm tra (sử dụng các nội dung kiểm tra kĩ thuật), phương pháp thi đấu (tổ chức thi đấu, đánh giá khả năng ứng dụng kiến thức đã học vào thực tiễn thi đấu).

+ Đánh giá *Thể lực*: Sử dụng phương pháp quan sát (quan sát hoạt động vận động, tập luyện, thi đấu của HS); sử dụng phương pháp kiểm tra (kiểm tra bằng các test theo quy định của Bộ giáo dục và đào tạo).

3. Giới thiệu sách giáo khoa và hệ thống tài liệu tham khảo, bổ trợ

Để đảm bảo triển khai tốt các nội dung dạy và học môn GDTC 6, hệ thống tài liệu tham khảo bổ trợ, học liệu, thiết bị... hỗ trợ cho GV trong quá trình giảng dạy bao gồm:

– Giáo dục thể chất 6 – Sách giáo viên “Cánh Diều”: Là tài liệu hướng dẫn chi tiết GV về chương trình và mục tiêu yêu cầu cần đạt môn GDTC 6; nội dung các phần, chủ đề, bài học trong sách giáo khoa GDTC 6; chi tiết cấu trúc và phân phối nội dung kiến thức trong sách giáo khoa GDTC 6; phương pháp xây dựng kế hoạch và biên soạn giáo án giảng dạy từ nội dung sách giáo khoa GDTC 6; hướng dẫn chi tiết về trình tự giảng dạy các nội dung kiến thức mới, phương pháp vận dụng sáng tạo nội dung ở phần *Luyện tập* và *Vận dụng*, xác định những sai lầm thường mắc và biện pháp khắc phục.

– Thiết bị dạy học môn GDTC 6: Bộ thiết bị dạy học “Cánh Diều” và Hướng dẫn cách khai thác trong dạy học, bao gồm hệ thống tranh, ảnh, thiết bị dạy học phù hợp với từng nội dung các chủ đề trong SGK GDTC 6.

– Nguồn tài nguyên sách và học liệu điện tử gồm: Sách giáo khoa Giáo dục thể chất 6 phiên bản điện tử (có thể dễ dàng tra cứu, tham khảo trên các thiết bị điện tử khác nhau ở mọi nơi, mọi lúc), video minh họa tiết học mẫu (giới thiệu một giáo án lên lớp hoàn chỉnh trong môn Bóng rổ).



II. BÀI BIÊN SOẠN MINH HOẠ

1. Bài soạn minh họa số 1

Phần Vận động cơ bản – Chủ đề Bài tập thể dục

Trường:.....

Bộ môn:.....

KẾ HOẠCH DẠY HỌC SỐ

Tên bài giảng: BÀI TẬP THỂ LIÊN HOÀN 32 NHỊP (Từ nhịp 1 đến nhịp 8)

Đối tượng: Học sinh lớp 6

Tiết..... Ngày.....tháng....năm....

Họ và tên giáo viên:

I. MỤC TIÊU

1. Về kiến thức

Giới thiệu Nhóm động tác bật nhảy (từ nhịp 1 đến nhịp 8).

2. Về năng lực

Thực hiện được tương đối chính xác về nhịp điệu, biên độ và phương hướng nhóm động tác bật nhảy (Từ nhịp 1 đến nhịp 8) của Bài Tập thể dục liên hoàn 32 nhịp dưới sự hướng dẫn của giáo viên; Biết đếm đúng nhịp điệu động tác cùng cả lớp; Biết nhận xét, điều chỉnh, sửa sai động tác cho bạn và sửa chữa động tác của bản thân thông qua nghe, quan sát và tập luyện

3. Về phẩm chất

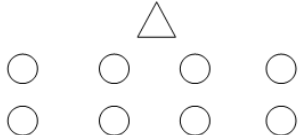
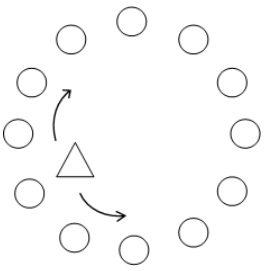
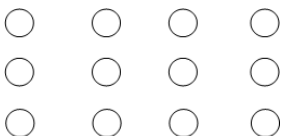
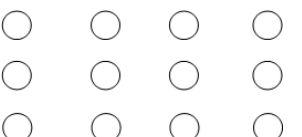
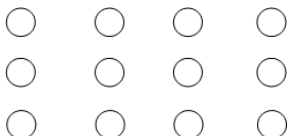
Nghiêm túc, tích cực, tự chủ và đoàn kết trong tập luyện.

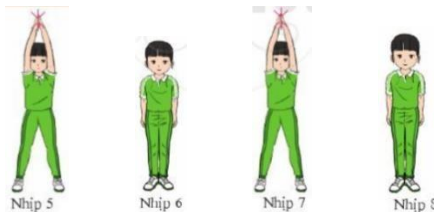
II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU

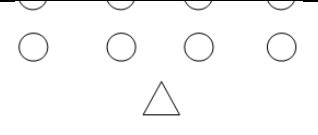
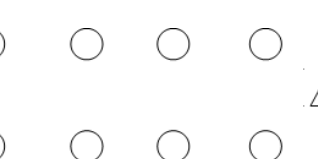
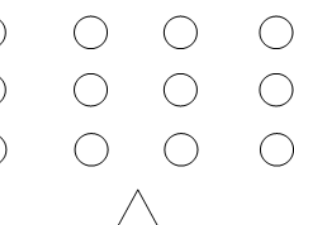
- Tranh, ảnh kỹ thuật Bài Tập thể dục liên hoàn 32 nhịp.
- Mặt sân bằng phẳng chứa đủ số lượng học sinh đứng với cự li và giãn cách phù hợp.

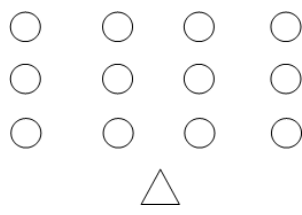
III. TIẾN TRÌNH DẠY VÀ HỌC

Phần bài	Nội dung giảng dạy	Khối lượng		Phương pháp tổ chức giảng dạy
		TG	SL	

Chuẩn bị	1. Tập trung Nhận lớp, điểm danh, phổ biến nhiệm vụ yêu cầu buổi học. 2. Khởi động chung Khởi động các khớp: cổ tay, cổ chân, khớp khuỷu tay, khớp bả vai, khớp hông, khớp gối. 3. Khởi động chuyên môn – Nâng tay dang ngang rồi hạ sát thân.  <i>* Yêu cầu: Khi nâng tay lòng bàn tay sấp, hai tay dùng sức và có điểm dừng đứng trực ngang (song song với mặt đất.)</i> – Đưa tay trước rồi hạ sát thân.  <i>Yêu cầu: Khi đưa tay về trước lòng bàn tay hướng vào nhau, hai tay dùng sức và có điểm dừng đứng trực ngang (song song với mặt đất).</i>	3p 3p 2p 2p	4×8N 1×8N x2 tổ 1×8N x2 tổ	 + Lớp trưởng báo cáo sĩ số + GV phổ biến nội dung buổi học.   
Cơ bản	1. Học nhóm động tác bật nhảy (Từ nhịp 1 đến nhịp 8)	30p 10p	3x8N	

 Hình 4. TTCB Nhịp 1 Nhịp 2 Nhịp 3 Nhịp 4 – TTCB: Đứng nghiêm. – Nhịp 1: Bật tách chân thành tư thế đứng dạng, hai tay đưa trước. – Nhịp 2: Bật thu chân và tay về TTCB. – Nhịp 3: Bật tách chân thành tư thế đứng dạng, hai tay ngang. – Nhịp 4: Bật thu chân và tay về TTCB.  Nhịp 5 Nhịp 6 Nhịp 7 Nhịp 8 – Nhịp 5: Bật tách chân thành tư thế đứng dạng, 2 tay qua ngang vỗ tay cao. – Nhịp 6: Bật thu chân và tay về TTCB. – Nhịp 7: Bật tách chân thành tư thế đứng dạng, 2 tay qua ngang vỗ tay cao. – Nhịp 8: Bật thu chân và tay về TTCB.			– Giáo viên phân tích, thị phạm: + Phân tích, thị phạm kỹ thuật chân. + Phân tích, thị phạm kỹ thuật tay. + Thị phạm hoàn chỉnh nhóm động tác bật nhảy từ nhịp 1 đến nhịp 8. – Học sinh nghe và quan sát.
2. Tập luyện – Kỹ thuật chân:	5p	2x8N	

+ TTCB: Đứng nghiêm, hai tay chống hông. + Nhịp 1: Bật tách chân. + Nhịp 2: Bật về TTCB. + Nhịp 3 – 8 thực hiện tương tự <i>* Yêu cầu kỹ thuật: Bật trên mũi chân, đầu gối nhún nhẹ, đảm bảo tiết tấu nhịp điệu của động tác chân.</i> – Luyện tập: + Tập theo nhịp đếm. + Tự hô đếm và thực hiện. – Kỹ thuật tay: + TTCB: Đứng nghiêm. + Nhịp 1: Hai tay đưa trước, lòng bàn tay hướng vào nhau. + Nhịp 2, 4, 6, 8: Về TTCB. + Nhịp 3: Hai tay dang ngang, lòng bàn tay sấp. + Nhịp 5, 7: Hai tay qua ngang lên cao, hai bàn tay vỗ vào nhau. <i>* Yêu cầu: Tay thẳng, dùng sức và thực hiện đúng phương hướng</i> – Luyện tập: + Tập theo nhịp đếm. + Tự hô đếm và thực hiện. 3. Tập hoàn chỉnh từ nhịp 1 – 8 – Tập phối hợp tay, chân từ nhịp 1 đến nhịp 8.	5p 10p	x2 tổ 2x8N X3 tổ 2x8N x2 tổ	 – Tập theo cặp: một người hô, một người thực hiện (người hô quan sát, nhận xét, người tập tự chỉnh sửa).  – GV quan sát và chỉnh sửa cho học sinh. – Tập đồng loạt theo nhịp hô đếm của GV  – Tập động tác theo nhịp hô, đếm theo cặp  – Tự thực hiện, quan sát nhận xét theo cặp.
---	----------------------	--	--

	+ Tập theo nhịp hô đếm. + Tự thực hiện hoàn chỉnh 8 nhịp. <i>* Yêu cầu: Phối hợp kỹ thuật tay và chân đúng nhịp điệu, phương hướng và dùng sức.</i>			– GV quan sát và nhận xét
Kết thúc	1. củng cố hồi tĩnh Thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh, gập thân, kết hợp hít thở sâu, lắc chân tay... 2. Nhận xét và giao nhiệm vụ – Ý thức, tư thế, tác phong, khả năng tiếp thu bài của học sinh . – Giao bài tập và hướng dẫn tập ngoài giờ. – Kết thúc giờ học.	3p 2p		

Ngày ... tháng ... năm ...

DUYỆT CỦA BỘ MÔN

GIÁO VIÊN BIÊN SOẠN

2. Bài soạn minh hoạ số 2

Phần Vận động cơ bản: Bài tập thể dục – Chạy cự li ngắn (60 m)

Trường:.....

Bộ môn:.....

KẾ HOẠCH DẠY HỌC SỐ

**Tên bài giảng: BÀI TẬP THỂ LIÊN HOÀN 32 ĐỘNG TÁC (từ nhịp 1 đến nhịp 8)
VÀ KỸ THUẬT CHẠY BƯỚC NHỎ**

Đối tượng: Học sinh lớp 6

Tiết..... Ngày.....tháng....năm....

Họ và tên giáo viên:

I. MỤC TIÊU

1. Về kiến thức

– *Bài tập Thể dục:* Biết cách thức thực hiện nhóm động tác bắt nhar từ nhịp 1 đến nhịp 8 của bài Thể dục Liên hoàn 32 nhịp.

– *Chạy cự li ngắn (60 m):* Biết cách thức thực hiện động tác chạy bước nhỏ.

2. Về năng lực

– *Bài Thể dục liên hoàn 32 nhịp:* Học sinh có thể thực hiện tương đối đúng động tác dưới sự hướng dẫn của giáo viên; Biết đếm đúng nhịp điệu động tác cùng cả lớp

– *Chạy cự li ngắn (60 m):* Thực hiện kỹ thuật chạy bước nhỏ tại chỗ và di chuyển; Phát triển sức nhanh.

3. Về phẩm chất

Nghiêm túc, tích cực, tự chủ và đoàn kết trong tập luyện.

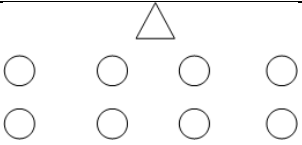
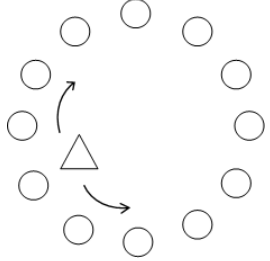
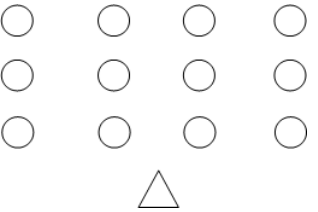
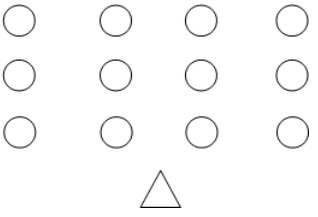
II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU

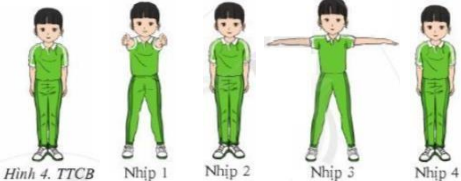
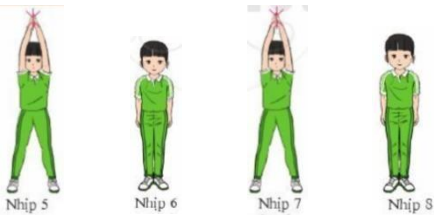
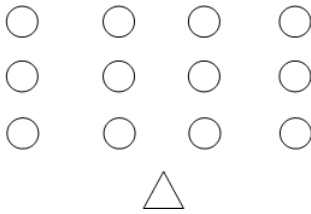
– Tranh, ảnh kỹ thuật Bài Thể dục liên hoàn 32 nhịp và kỹ thuật chạy bước nhỏ (nếu có).

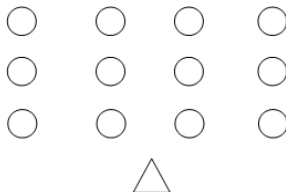
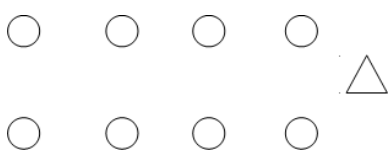
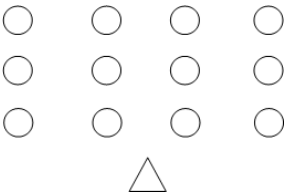
– Mặt sân bằng phẳng chứa đủ số lượng học sinh đứng với cự li và giãn cách phù hợp.

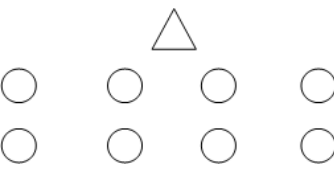
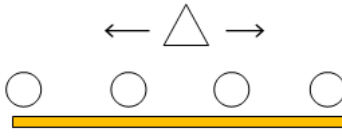
– Còi để điều khiển các hoạt động tập luyện. Đồng hồ bấm giờ.

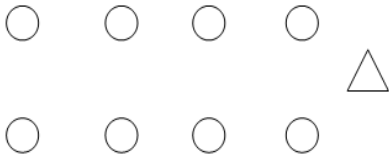
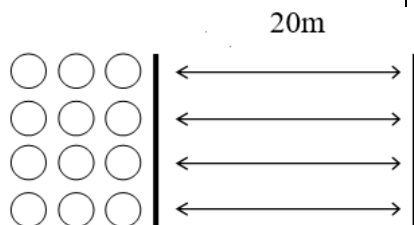
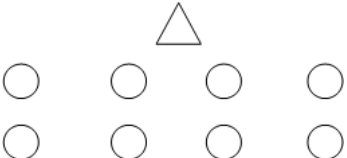
III. TIẾN TRÌNH DẠY VÀ HỌC

Phần bài	Nội dung giảng dạy	Khối lượng		Phương pháp tổ chức giảng dạy
		TG	SL	
Chuẩn bị	1. Tập trung Nhận lớp, điểm danh, phổ biến nhiệm vụ yêu cầu buổi học.	2p		 + Lớp trưởng báo cáo sĩ số + GV phổ biến nội dung buổi học.
	2. Khởi động chung – Khởi động các khớp: cổ tay, cổ chân, khớp khuỷu tay, khớp vai, khớp hông, khớp gối. – Ép dọc, ép ngang.	3p	4×8 nhịp	
	3. Khởi động chuyên môn – Nâng tay dang ngang rồi hạ sát thân.	2p	1×8 nhịp x2 tổ	
	<i>* Yêu cầu: Khi nâng tay lòng bàn tay sấp, hai tay dùng sức và có điểm dừng đứng trực ngang (song song với mặt đất.)</i> – Đưa tay trước rồi hạ sát thân.  <i>Yêu cầu: Khi đưa tay về trước lòng bàn tay hướng vào nhau, hai</i> 	3p	1×8 nhịp x2 tổ	

	tay dùng sức và có điểm dừng đúng trục ngang (song song với mặt đất).			
Cơ bản	1. Học nhóm động tác bật nhảy (Từ nhịp 1 đến nhịp 8) 1.1. Phân tích động tác  Hình 4. TTCB Nhịp 1 Nhịp 2 Nhịp 3 Nhịp 4 – TTCB: Đứng nghiêm. – Nhịp 1: Bật tách chân thành tư thế đứng dạng, hai tay đưa trước. – Nhịp 2: Bật thu chân và tay về TTCB. – Nhịp 3: Bật tách chân thành tư thế đứng dạng, hai tay ngang. – Nhịp 4: Bật thu chân và tay về TTCB.  Nhịp 5 Nhịp 6 Nhịp 7 Nhịp 8 – Nhịp 5: Bật tách chân thành tư thế đứng dạng, 2 tay qua ngang vỗ tay cao. – Nhịp 6: Bật thu chân và tay về TTCB. – Nhịp 7: Bật tách chân thành tư thế đứng dạng, 2 tay qua ngang vỗ tay cao.	15p 5p	3x8 nhịp	 – Giáo viên phân tích, thị phạm: + Phân tích, thị phạm kỹ thuật chân. + Phân tích, thị phạm kỹ thuật tay. + Thị phạm hoàn chỉnh nhóm động tác từ nhịp 1 đến nhịp 8. – Học sinh nghe và quan sát.

– Nhịp 8: Bật thu chân và tay về TTCB.			
1.2. Tổ chức tập luyện – Kỹ thuật chân: + TTCB: Đứng nghiêm, hai tay chống hông. + Nhịp 1: Bật tách chân. + Nhịp 2: Bật về TTCB. + Nhịp 3 – 8 thực hiện tương tự <i>* Yêu cầu kỹ thuật: Bật trên mũi chân, đầu gối nhún nhẹ, đảm bảo tiết tấu nhịp điệu của động tác chân.</i> – Luyện tập: + Tập theo nhịp đếm. + Tự hô đếm và thực hiện. – Kỹ thuật tay: + TTCB: Đứng nghiêm. + Nhịp 1: Hai tay đưa trước, lòng bàn tay hướng vào nhau. + Nhịp 2, 4, 6, 8: Về TTCB. + Nhịp 3: Hai tay dang ngang, lòng bàn tay sấp. + Nhịp 5, 7: Hai tay qua ngang lên cao, hai bàn tay vỗ vào nhau. <i>* Yêu cầu: Tay thẳng, dùng sức và thực hiện đúng phương hướng</i> – Luyện tập: + Tập theo nhịp đếm.	5p	2x8N x3 tổ	 – Tập theo cặp: một người hô, một người thực hiện (người hô quan sát, nhận xét, người tập tự chỉnh sửa).  – GV quan sát và chỉnh sửa cho học sinh.  – Tập đồng loạt theo nhịp hô đếm của GV. – Tập động tác theo nhịp hô, đếm theo cặp. – Tự thực hiện, quan sát nhận xét theo cặp.

+ Tự hô đếm và thực hiện. 1.3. Tập hoàn chỉnh từ nhịp 1 – 8 – Tập phối hợp tay, chân từ nhịp 1 đến nhịp 8. + Tập theo nhịp hô đếm + Tự thực hiện hoàn chỉnh 8 nhịp. <i>* Yêu cầu: Phối hợp kỹ thuật tay và chân đúng nhịp điệu, phương hướng và dùng sức.</i>	5p	2x8N x2 tổ	– GV quan sát và nhận xét.
2. Chạy cự li ngắn (60 m): Kỹ thuật chạy bước nhỏ 2.1. Phân tích kỹ thuật Khi thực hiện, nửa trước bàn chân luân phiên tiếp xúc đất, cổ chân thả lỏng, thân người thẳng, hai tay phối hợp đánh tự nhiên.  <i>* Chú ý:</i> Thả lỏng cổ chân và điểm tiếp xúc của bàn chân. 2.2. Luyện tập – Chạy bước nhỏ tại chỗ có điểm tì tay. 	15p 3p 4p		– Giáo viên phân tích, thị phạm  – Học sinh nghe và quan sát. – Học sinh tì tay vào điểm cố định, thực hiện chạy bước nhỏ, GV quan sát, chỉnh sửa động tác 

	– Chạy bước nhỏ tại chỗ theo nhịp vỗ tay.  – Chạy bước nhỏ theo đường thẳng cự li 20 m. 	4p	– Học sinh xếp hàng ngang theo cặp, chạy tại chỗ theo nhịp vỗ tay.  – Học sinh xếp hàng dọc sau vạch giới hạn. 
Kết thúc	1. củng cố hồi tĩnh Thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh, gập thân, kết hợp hít thở sâu, lắc chân tay,... 2. Nhận xét và giao nhiệm vụ – Ý thức, tư thế, tác phong, khả năng nắm bài của học sinh . – Giao bài tập và hướng dẫn tập ngoài giờ – Kết thúc giờ học.	5p	

Ngày ... tháng ... năm ...

DUYỆT CỦA BỘ MÔN

GIÁO VIÊN BIÊN SOẠN



3. Bài soạn minh hoạ số 3

Phần Thể thao tự chọn – Chủ đề Bóng rổ

Trường:.....

Bộ môn:.....

KẾ HOẠCH DẠY HỌC

SỐ

Tên bài giảng: KỸ THUẬT DẪN BÓNG THEO ĐƯỜNG THẲNG

Đối tượng: Học sinh lớp 6

Tiết:..... **Ngày:**.....**tháng:**.....**năm:**....

Họ và tên giáo viên:

I. MỤC TIÊU

1. Về kiến thức

Học kỹ thuật dẫn bóng theo đường thẳng.

2. Về năng lực

- Bước đầu thực hiện được kỹ thuật dẫn bóng theo đường thẳng
- Ứng dụng được kỹ thuật dẫn bóng theo đường thẳng vào trò chơi vận động.

3. Về phẩm chất

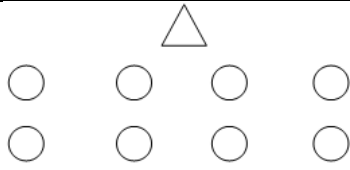
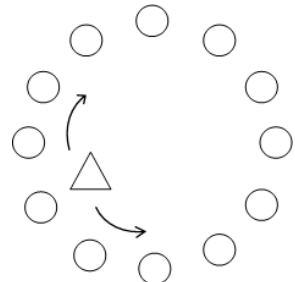
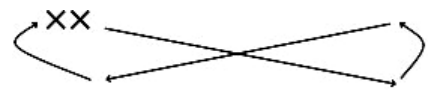
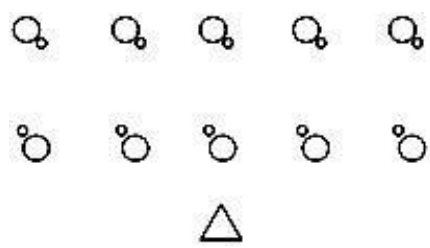
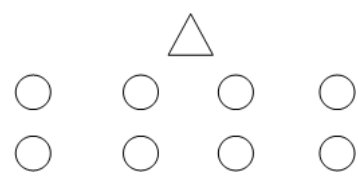
Nghiêm túc, tích cực, tự chủ và đoàn kết trong tập luyện.

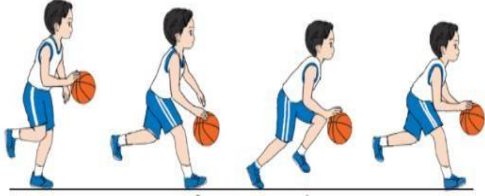
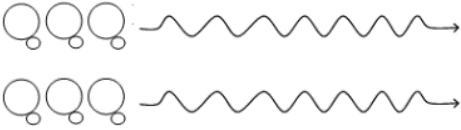
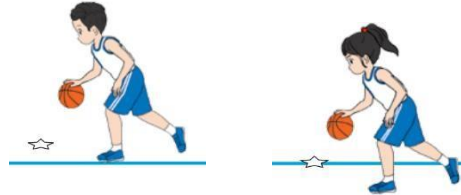
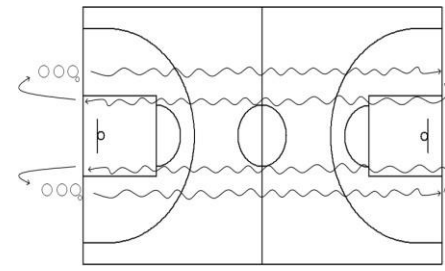
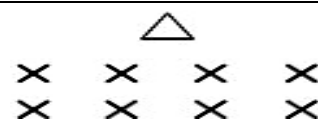
II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU

- Tranh, ảnh kỹ thuật dẫn bóng theo đường thẳng.
- Bóng rổ tiêu chuẩn: mỗi học sinh 1 quả (hoặc 2 người 1 quả).
- Sân bóng rổ tiêu chuẩn (hoặc mặt sân bằng phẳng), cọc mốc, còi.

III. TIẾN TRÌNH DẠY VÀ HỌC

Phần bài	Nội dung giảng dạy	Khối lượng		Phương pháp tổ chức giảng dạy
		TG	SL	

Chuẩn bị	1. Tập trung Nhận lớp, điểm danh, phổ biến nhiệm vụ yêu cầu buổi học. 2. Khởi động chung – Chạy nhẹ nhàng hai vòng sân. – Tập bài tập tay không 8 động tác. – Chạy tăng tốc chéo sân. 3. Khởi động chuyên môn – Khởi động với bóng: + Chuyển bóng qua hai tay. + Tại chỗ dẫn bóng. 	3p 6p 7p	4×8 N 4 lượt	   
Cơ bản	1. Học kĩ thuật dẫn bóng theo đường thẳng – Phân tích: Khi chạy, bàn chân hướng theo hướng chạy. Sử dụng cẳng tay, cổ tay và các ngón tay dẫn bóng. Bàn tay tiếp xúc ở phần trên và sau bóng. Điểm tiếp xúc của bóng với mặt phẳng đất cách khoảng 20	14p		– Giáo viên phân tích, thị phạm  – Tập luyện theo trình tự:

	cm so với đường di chuyển, chệch ra trước sang bên tay dẫn bóng.  <u>Chú ý:</u> + Tay tiếp xúc bóng ở phía trên, sau bóng. + Thực hiện miết các ngón tay vào bóng khi bóng rời tay.		+ Dẫn bóng theo hàng dọc: Đi bộ → chạy chậm.  + Dẫn bóng theo đường kẻ trên sân: Di chuyển trên đường kẻ dẫn bóng (hình a) Di chuyển dẫn bóng tiếp xúc vào đường kẻ (hình b).  (a) (b)
	2. Trò chơi vận động <i>Trò chơi dẫn bóng tiếp sức:</i> – Mục đích: Nâng cao cảm giác tay với bóng, bổ trợ kỹ thuật dẫn bóng – Cách chơi: Luân phiên dẫn bóng theo đường thẳng vòng qua cọc mốc và chuyền bóng cho người tiếp theo thực hiện. Đội hoàn thành trước sẽ thắng cuộc. – Yêu cầu: Sử dụng kỹ thuật dẫn bóng theo đường thẳng.	10p	 – Chia thành 2 đội đều nhau. – Thi đấu trong 3 hiệp. Đội thắng 2 hiệp sẽ thắng cuộc.
Kết thúc	– Thả lỏng.	5p	

Mang cuộc sống vào bài học
Đưa bài học vào cuộc sống



	– Tập trung, nhận xét buổi tập, hướng dẫn ngoại khóa. – Xuống lớp.			
--	--	--	--	--

Ngày ... tháng ... năm ...

DUYỆT CỦA BỘ MÔN

GIÁO VIÊN BIÊN SOẠN

