

**UBND QUẬN THANH XUÂN  
TRƯỜNG THCS NHÂN CHÍNH**



**KẾ HOẠCH BÀI GIẢNG  
MÔN: GIÁO DỤC THỂ CHẤT 6  
Chủ đề: Thể thao tự chọn môn Cầu lông  
TIẾT 52 – BÀI 2: Kỹ thuật đánh cầu thấp tay bên phải,  
bên trái**

Giáo viên: Ngô Thị Quỳnh Như

Tổ : Tổng hợp

Trường : THCS Nhân Chính – Thanh Xuân

Năm học 2023 – 2024

# KẾ HOẠCH BÀI GIẢNG

## Chủ đề: Thể thao tự chọn môn Cầu lông

### TIẾT 52 – BÀI 2: Kỹ thuật đánh cầu thấp tay bên phải, bên trái

Môn: GDTC; lớp: 6A7 Thời gian thực hiện: 01 tiết

(Điều kiện giả định: Sĩ số 48 học sinh (HS), tình trạng sức khỏe bình thường, thời tiết thuận lợi cho tiết dạy)

#### Nội dung:

- Ôn tập cách cầm vợt, các động tác khởi động với vợt.
- Ôn tập động tác di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái.
- Học kỹ thuật đánh cầu thấp tay bên phải, bên trái.
- Trò chơi: “Đánh cò *caro bằng cầu*”.

#### I. Mục tiêu bài học.

##### 1. Về kiến thức:

- Học sinh biết và thực hiện đúng một số bài tập bổ trợ:
  - + Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái
  - + Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái
  - + Biết và thực hiện được kỹ thuật đánh cầu thấp tay bên phải, bên trái; Trò chơi: “Đánh cò *caro bằng cầu*”.

##### 2. Về năng lực:

###### 2.1 Năng lực đặc thù.

- **Năng lực chăm sóc sức khỏe:** Bước đầu sử dụng các yếu tố tự nhiên (Không khí, nước, ánh sáng...), dinh dưỡng để rèn luyện sức khỏe và phát triển tố chất thể lực.
- **Năng lực vận động cơ bản:** Học sinh thực hiện đúng một số bài tập bổ trợ; Di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái; Di chuyển đơn bước sang phải, sang trái; biết và thực hiện được kỹ thuật đánh cầu thấp tay bên phải; Trò chơi: “Đánh cò *caro bằng cầu*”.
- **Năng lực hoạt động TDTT:** Học sinh lựa chọn được và thường xuyên tập luyện nội dung bài học phù hợp để nâng cao sức khỏe. Học sinh tham gia tốt trò chơi.

###### 2.2 Năng lực chung.

- **Năng lực tự chủ và tự học:** Học sinh biết xem tranh ảnh trong sách giáo khoa phục vụ ND bài học.
- **Năng lực giao tiếp và hợp tác:** Học sinh trình bày được sản phẩm học tập tương tác và hợp

tác với bạn học.

- **Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo:** Học sinh thực hiện được các nhiệm vụ học tập, bài tập và trò chơi vận động theo yêu cầu của giáo viên.

### **3. Về phẩm chất.**

- **Yêu nước:** Giáo dục tinh thần yêu nước, yêu lao động.

- **Chăm chỉ:** Học sinh chủ động hoàn thành lượng vận động của bài tập, tích cực tham gia trò chơi vận động, luyện tập tại nhà.

- **Trung thực:** Học sinh thật thà, thẳng thắn trong báo cáo kết quả hoạt động cá nhân, bạn học và theo nhóm trong bài đánh giá và tự đánh giá.

- **Nhân ái:** Học sinh có ý thức tôn trọng ý kiến của các thành viên trong nhóm khi hợp tác, giúp đỡ lẫn nhau trong khi tập luyện.

- **Trách nhiệm:** Học sinh có trách nhiệm với bản thân. Có trách nhiệm với môi trường sống. Có trách nhiệm hoàn thành nội dung tập luyện.

## **II. Chuẩn bị.**

- **Chuẩn bị của giáo viên:** Trang phục TDDT, kế hoạch bài dạy, còi, nắm chiến thuật, dụng cụ hỗ trợ đánh cầu, vợt, quả cầu lông. Tranh, ảnh về các kỹ thuật cầu lông.

- **Chuẩn bị của học sinh:** Đọc sách giáo khoa, nghiên cứu thêm các tài liệu khác nếu có. Trang phục TDDT, vợt, quả cầu lông.

### III. Tiến trình dạy và học.

1. Hoạt động 1: Mở đầu (15 phút)			
Mục Tiêu	Nội dung	Sản phẩm	Tổ chức thực hiện
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tiếp nhận nhiệm vụ học tập.</li> <li>- Làm nóng cơ thể, tạo tâm thế sẵn sàng cho người học</li> </ul>	<p><b>1. Nhận lớp</b></p> <p><b>2. Khởi động:</b></p> <p><i>*Trò chơi “Đánh cờ caro bằng cầu”.</i></p> <p>- Chia lớp làm 4 đội. Đội 1 thi với đội 2, đội 3 thi với đội 4. Mỗi đội có 10 quân cờ (quả cầu lông), đánh theo luật cờ Caro, đội nào mang về được 8 quân trước đội đó chiến thắng</p>	<p>Tiếp nhận được nhiệm vụ học tập:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hình thành lượng vận động khởi động.</li> <li>- Học sinh biết cách chơi trò chơi, gây hứng thú học tập đầu giờ</li> </ul>	<p><i>* Chuyển giao nhiệm vụ học tập</i></p>  <p style="text-align: center;"><b>Đội hình nhận lớp</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- GV nhận lớp phổ biến nội dung, yêu cầu của giờ học, hỏi thăm sức khoẻ học sinh</li> <li>- GV hướng dẫn cán bộ lớp điều hành phần khởi động</li> </ul> <p><b>*Thực hiện nhiệm vụ học</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- HS quan sát, lắng nghe và nhận nhiệm vụ</li> <li>- HS tự giác, tích cực thực hiện các hoạt động.</li> </ul> <p>+ Chơi trò chơi: “Đánh cờ caro bằng cầu”.</p> <p>GV phổ biến luật chơi, chia đội, phân công trọng tài. Tổ chức trò chơi.</p>

*\*Khởi động chung.*

Học sinh tự biết cách khởi động trước khi tham gia tập luyện thể dục thể thao trên lớp cũng như ngoài giờ học.



***Đội hình chơi trò chơi***

*\*Khởi động chung:* 4 động tác khởi động: Tay cao, tay ngực, vặn mình, lưng-bụng; xoay các khớp; ép dọc, ép ngang (2 lần, 8 nhịp).



***Đội hình khởi động chung***

*\*Khởi động di chuyển:* Chạy bước nhỏ, chạy nâng cao đùi, chạy gót chạm mông, chạy đá lăng trước (6m)



***Đội hình khởi động di chuyển***

*\*Khởi động chuyên môn*

*\*Kiểm tra bài cũ.*  
+ Thực hiện động tác di chuyển đơn bước tiến phải,

Học sinh thực hiện được động tác di chuyển đơn bước tiến

*\* Khởi động chuyên môn:*

- + Cầm vợt xoay cổ tay hình số 8.
- + Đưa vợt sang phải lắc cổ tay.
- + Đưa vợt sang trái lắc cổ tay.



***Đội hình khởi động chuyên môn***

- Cán sự điều khiển khởi động chung.
- GV đi chuyên, quan sát và chỉ dẫn, đôn đốc học sinh .
- GV điều khiển khởi động di chuyển, khởi động chuyên môn.
- Học sinh thực hiện theo hướng dẫn của giáo viên.



*\*Đánh giá kết quả thực hiện*

GV sử dụng phương pháp quan sát để đánh giá với 2 mức:

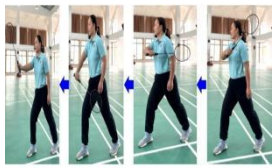
- Đáp ứng được khả năng tiếp nhận các hoạt động vận động của GV đưa ra.
- Chưa đáp ứng được khả năng tiếp nhận các hoạt động vận động của GV đưa ra.
- Gọi 1, 2 học sinh lên thực hiện
- Giáo viên quan sát và nhận xét

	tiền trái.	phải, tiến trái.	<p>đánh giá.</p> <p>- 1, 2 học sinh lên thực hiện cả lớp quan sát nhận xét.</p>  <p><b>Đội hình kiểm tra bài cũ</b></p>
--	------------	------------------	---

**2.Hoạt động 2: Hình thành kiến thức mới (5 phút)**

Mục tiêu	Nội dung	Sản phẩm	Tổ chức hoạt động
<p>- Học sinh ghi nhớ được các bước thực hiện kỹ thuật đánh cầu thấp tay bên phải, bên trái.</p> <p>- Mô phỏng được các bước khi thực hiện kỹ thuật đánh cầu thấp tay bên phải, bên trái.</p>	<p>- Học sinh hình thành được kỹ thuật đánh cầu thấp tay bên phải, bên trái.</p> <p><b>Hình 1: Kỹ thuật đánh cầu thấp tay bên phải:</b></p>  <p><small>Hình 1: Kỹ thuật đánh cầu thấp tay bên phải</small></p> <p><b>Hình 2: Kỹ thuật</b></p>	<p>*Khái niệm về kỹ thuật đánh cầu thấp tay bên phải, bên trái.</p> <p>- Động tác mô phỏng các bước của kỹ thuật đánh cầu thấp tay bên phải, bên trái.</p>	<p>*<i>Chuyển giao nhiệm vụ học tập</i></p> <p>- GV phổ biến nhiệm vụ; giới thiệu, phân tích và thị phạm kỹ thuật đánh cầu thấp tay bên phải, bên trái.</p>  <p><b>Đội hình học bài mới</b></p> <p>- Nêu lỗi sai thường mắc khi luyện tập và cách sửa chữa.</p> <p>- Gọi 1, 2 học sinh lên thực hiện mẫu sau đó mời học sinh khác nhận xét.</p> <p>- GV nhận xét, kết luận, hướng dẫn cả lớp thực hiện mô phỏng (không</p>

***đánh cầu thấp tay  
bên trái:***



Hình 2: Kỹ thuật đánh cầu thấp tay bên trái

có cầu theo các giai đoạn) từ 3 đến 4 lần kết hợp sửa sai.

*\*Thực hiện nhiệm vụ học*

- HS chú ý lắng nghe, quan sát và tự mô phỏng kỹ thuật theo động tác thị phạm của GV.
- Đại diện lớp lên thực hiện kỹ thuật, các HS còn lại chú ý quan sát, nhận xét.
- Cả lớp xem tranh, thảo luận và thực hiện kỹ thuật.
- Quan sát GV thị phạm và đồng loạt thực hiện bài tập.



***Đội hình tập luyện***

*\*Đánh giá kết quả thực hiện nhiệm vụ học tập.*

- GV đánh giá bằng phương pháp quan sát, đặt câu hỏi theo các mức độ:
- Mức đạt: HS thực hiện đúng, đủ các bước của kỹ thuật.
- Mức chưa đạt: HS chưa thực hiện đúng, đủ các bước của kỹ thuật.


### **3. Hoạt động 3: Luyện tập (17 phút)**



<u>Mục tiêu</u>	<u>Nội dung</u>	<u>Sản phẩm</u>	<u>Tổ chức hoạt động</u>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Học sinh biết và thực hiện đúng động tác di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái.</li> <li>- Học sinh biết và thực hiện được kỹ thuật đánh cầu thấp tay bên phải, bên trái.</li> <li>- Hoàn thành lượng vận động của các hoạt động.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tổ chức và hỗ trợ tập luyện động tác di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái.</li> <li>- Tổ chức và hỗ trợ tập luyện kỹ thuật đánh cầu thấp tay bên phải, bên trái.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Học sinh thực hiện tốt động tác di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái.</li> <li>- Học sinh thực hiện cơ bản đúng kỹ thuật đánh cầu thấp tay bên phải, bên trái.</li> </ul>	<p><i>*Chuyển giao nhiệm vụ học tập</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- GV nêu nội dung, yêu cầu, các thực hiện bài tập, lưu ý những sai sót thường gặp và cách sửa.</li> </ul> <p>Tổ chức luyện tập theo trạm. GV quan sát, sửa sai.</p> <p><u>Trạm 1:</u> Luyện tập di chuyển đơn bước tiến phải, tiến trái.</p> <p><u>Trạm 2:</u> Luyện tập không cầu: Di chuyển đơn bước phối hợp đánh cầu thấp tay bên phải, bên trái.</p> <p><u>Trạm 3:</u> Luyện tập với cầu: Di chuyển đơn bước phối hợp đánh cầu thấp tay bên phải, bên trái (quả cầu cố định).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- GV chia lớp thành 3 nhóm tương ứng với 3 trạm. Mỗi trạm luyện tập trong 5 - 6 phút sau đó xoay vòng.</li> <li>- Giáo viên bao quát chung, quan sát hướng dẫn, uốn nắn chỉnh sửa kỹ thuật động tác cho học sinh.</li> </ul> <div data-bbox="980 1486 1503 1801" data-label="Image"> </div> <p style="text-align: center;"><b><i>Đội hình luyện tập</i></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Học sinh luyện tập theo nhóm theo</li> </ul>


			điều khiển của nhóm trưởng. <i>*Đánh giá kết quả thực hiện nhiệm vụ học tập</i> GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá: - Thực hiện đúng kỹ thuật. - Thực hiện chưa đúng kỹ thuật.
--	--	--	---


**4. Hoạt động 4: Vận dụng (3 phút)**

Mục tiêu	Nội dung	Sản phẩm	Tổ chức hoạt động
- Vận dụng kỹ thuật đánh cầu thấp tay bên phải, bên trái để hoàn thành yêu cầu của giáo viên.	- Củng cố kỹ thuật đánh cầu thấp tay bên phải, bên trái.	- Học sinh thực hiện được kỹ thuật đánh cầu thấp tay bên phải, bên trái. Biết vận dụng vào hoạt động tập luyện thể dục thể thao ở trên lớp cũng như ngoài giờ học.	<i>* Chuyển giao nhiệm vụ học tập</i> -GV đưa ra đề nghị học sinh thực hiện lại kỹ thuật đánh cầu thấp tay bên phải, bên trái.  <p style="text-align: center;"><b>Đội hình</b></p> <i>*Thực hiện nhiệm vụ học tập</i> - HS quan sát, lắng nghe và đại diện học sinh lên thực hiện kỹ thuật. - Giáo viên quan sát và nhận xét, củng cố. <i>*Đánh giá kết quả thực hiện nhiệm vụ học tập</i> GV đánh giá thông qua quan sát,

			<p>mức độ đánh giá:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Thực hiện đúng kỹ thuật.</li> <li>- Thực hiện chưa đúng kỹ thuật.</li> </ul>
--	--	--	---

**5. Hoạt động: Kết thúc (5phút)**

Mục tiêu	Nội dung	Sản phẩm	Tổ chức hoạt động
Hồi phục sau luyện tập.	Hồi tĩnh, thả lỏng cơ toàn thân. Nhận xét lớp học. Hướng dẫn HS sử dụng sách giáo khoa và tự luyện tập.	- Học sinh biết cách thực hiện hồi tĩnh, thả lỏng tích cực sau khi tham gia tập luyện thể dục thể thao trên lớp cũng như ngoài giờ học.	<p>*Chuyển giao nhiệm vụ học tập</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Nhận xét giờ học.</li> <li>- Hướng dẫn HS sử dụng sách giáo khoa để tự luyện tập (buổi sau mời học sinh lên tập đầu giờ)</li> <li>- Hướng dẫn học sinh thả lỏng theo bài hát “Vươn cao Việt Nam.”</li> </ul>  <p style="text-align: center;"><b><i>Đội hình thả lỏng</i></b></p> <p>*Thực hiện nhiệm vụ học</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- HS chú ý lắng nghe, tự đánh giá mức độ hoàn thiện nhiệm vụ của bản thân.</li> <li>- HS tiếp nhận bài tập của GV, tự luyện tập tại nhà, các tình huống vận dụng.</li> <li>- HS thực hiện cá động tác thả lỏng, hồi tĩnh theo bài hát “Vươn cao Việt Nam”</li> </ul>

			 <p data-bbox="1101 499 1370 541"><i><b>Đội hình xuống lớp</b></i></p>
--	--	--	--