***Ngày soạn07/4/2023***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Ngày dạy** | **Tiết** | **Lớp** | **Ghi chú** |
| 16/4/2024 | 3 | 9A |  |
| 18/4/2024 |  3 |  9C |  |

**Tiết 62 : KIỂM TRA CẦU LÔNG**

**I. MỤC TIÊU.**

**1. Kiến thức:**

- HS biết và thực hiện được tương đối kỹ thuật di chuyển đơn bước kết hợp với kỹ thuật đánh cầu thấp tay .

 **2. Kỹ năng:**

Học sinh thực hiện kỹ thuật đánh cầu một cách tương đối cơ bản

**3-Thái độ:**Tập luyện nghiêm túc, tự giác và tích cực.

**4- Định hướng phát triển năng lực.**

a/ Các năng lực chung

+ Năng lực tự học

+ Năng lực thể chất

+ Năng lực tự giải quyết vấn đề và sáng tạo

b/ Các năng lực chuyên biệt

+ Năng lực vân động

+Năng lực hình thành lối sống khỏe mạnh

**II.ĐỊA ĐIỂM ,PHƯƠNG TIỆN**

**1.Địa điểm**

-Sân tập TD,vệ sinh sân tập sạch sẽ ,bằng phẳng

**2.Phương tiện**

- Còi, vợt – cầu lông, căng lưới.

**III. TIẾN TRÌNH HOẠT ĐỘNG.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Nội dung** | **Định lượng** | **Phương pháp - tổ chức** |
| **A. Hoạt động khởi động.****1. Nhận lớp:** - Trực ban tập trung lớp, báo cáo sỹ số.- GV nhận lớp, phổ biến nội dung, yêu cầu của giờ học.- Kiểm tra trang phục, sức khoẻ của học sinh.**2. Khởi động.*****a) Khởi động chung.***- Chạy tại chỗ.- Xoay các khớp: Cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối.- Căng ép: Ép dọc, ép ngang.***b) Khởi động chuyên môn. Tại chỗ:*** - Chạy bước nhỏ.- Nâng cao đùi.- Chạy hất gót.- Xoay cổ tay hình số 8 nằm ngang.- Tay cầm vợt tạo thành hình sóng.- Xoay cổ tay bên phải - trái.**B. Hoạt động hình thành kiến thức**- Kỹ thuật đánh cầu thấp tay kết hợp với các kỹ thuật di chuyển đã học.- Thực hiện đánh cầu qua lại 10 quả.**Yêu cầu kỹ thuật.*****- Loại A***: HS thực hiện đúng cả kỹ thuật di chuyển và kỹ thuật đánh cầu thấp tay.- ***Loại B***: Kỹ thuật đánh cầu thấp tay tốt nhưng di chuyển chưa hợp lý.- ***Loại C***: Kỹ thuật di chuyển tạm được nhưng kỹ thuật đánh cầu có sai sót.- ***Loại D*** Còn sai sót trong các bước di chuyển hoặc ở cả kỹ thuật đánh cầu thấp tay.- ***Loại E*** : Sai sót nhiều cả trong di chuyển và kỹ thuật đánh cầu thấp tay.**3. Bảng điểm.**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Số quả** | **A** | **B** | **C** | **D** | **E** |
| 9 - 10 | 10 | 9 | 8 | 7 | 6 |
| 7 - 8 | 9 | 8 | 7 | 6 | 5 |
| 5 - 6 | 8 | 7 | 6 | 5 | 4 |
| 3 - 4 | 7 | 6 | 5 | 4 | 3 |
| 1 -2 | 6 | 5 | 4 | 3 | 2 |

**C. Hoạt động luyện tập****- GV gọi 2 hs/ đợt KT****- HS còn tại tự luyện tập.****4. Hồi tĩnh.****5. Nhận xét giờ học.****D. Hoạt động vận dụng** Ôn lại những kỹ thuật cầu lông, đá cầu đã học. | 8’ - 10’45”2l x 8N2l x 8N2l x 30”2l x 30”2l x 30”2l x 8N2l x 8N2l x 8N2’25’ - 30’2-3’2-3’ | Đội hình nhận lớpxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxx* xxxxxxxxxxx

△Đội hình khởi động.x x x x x x x x x x x x x xx x x x x x x x x x x x x x⦿ △- Trực ban cho lớp khởi động chung.- GV cho lớp KĐCM.Đội hình kiểm tra.xxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxx* xxxxxxxxxxx

△ x x- Hai HS cùng vào sân kiểm traĐội hình hồi tĩnh.x x x x x x x …. x x x x x x x⦿ △ |

IV/**TỰ RÚT KINH NGHIỆM SAU TIẾT DẠY**

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………