***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 8N  2l x 8N  2l x 30”  2l x 30”  2l x 30”  2l x 8N  2l x 8N  2l x 8N  2’  25’ - 30’  2-3’  2-3’ | Đội hình nhận lớp  xxxxxxxxxxx  xxxxxxxxxxx  xxxxxxxxxxx   * xxxxxxxxxxx   △  Đội hình khởi động.  x x x x x x x  x x x x x x x  x 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.  xxxxxxxxxxx  xxxxxxxxxxx  xxxxxxxxxxx   * xxxxxxxxxxx   △  x x  - Hai HS cùng vào sân kiểm tra  Đội 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**

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