

Ngày soạn:1/4/2025

Ngày giảng:21/4 – 15/5/2025

BÀI 4: KỸ THUẬT ĐỖ CẦU BẰNG NGỰC

(Thời lượng:8 tiết-Từ tiết 61-68)

I. MỤC TIÊU

1. Kiến thức:

Sau bài học này, HS sẽ:

- Biết cách thực hiện kỹ thuật đỡ cầu bằng ngực
- Biết một số quy định cơ bản về cách tính điểm và xác định đội thắng trong thi đấu đá cầu

2. Năng lực

Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Thông qua việc đọc thông tin trong SGK, quan sát các tranh, ảnh.
- Giao tiếp và hợp tác: Thông qua các hoạt động nhóm để thực hiện kỹ thuật đỡ cầu bằng ngực; trò chơi vận động.
- Giải quyết vấn đề và sáng tạo: Thông qua việc tích cực học tập, chủ động trong tiếp nhận kiến thức và tập luyện.

Năng lực riêng (năng lực giáo dục thể chất):

- Thực hiện được kỹ thuật đỡ cầu bằng ngực
- Hoàn thành lượng vận động của bài tập
- Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện

- Biết điều khiển tổ, nhóm tập luyện và nhận xét kết quả tập luyện.
- Biết lựa chọn và tham gia các trò chơi vận động phù hợp trong học tập và rèn luyện hằng ngày.

3. Phẩm chất

- Tham gia có trách nhiệm, trung thực trong tập luyện

II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU

1. Đối với GV:

- Giáo án, SHS, SGV Giáo dục thể chất 8.
- Tranh, ảnh kỹ thuật đỡ cầu bằng ngực
- Sân tập đá cầu (hoặc sân tập bằng phẳng), mỗi HS một quả cầu
- Còi, đồng hồ bấm giây để phục vụ các hoạt động tập luyện và trò chơi

2. Đối với HS:

- SGK Giáo dục thể chất 8.
- Giày thể thao, quần áo thể dục.

III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC

A. HOẠT ĐỘNG KHỞI ĐỘNG

a. Mục tiêu:

- Tạo sự hứng thú, tâm thế sẵn sàng cho HS bước vào bài học mới.
- Thu hút sự tập trung chú ý của HS đối với nội dung bài học.

b. Nội dung: GV cho HS khởi động chung, khởi động chuyên môn.

c. Sản phẩm: HS thực hiện bài tập khởi động chung, khởi động chuyên môn theo yêu cầu, hướng dẫn của GV và chuẩn động tác của GV.

d. Tổ chức thực hiện:

Nhiệm vụ 1: Khởi động chung

Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ

- GV tổ chức cho HS chạy với tốc độ chậm đến nhanh dần quanh sân trường.
- GV tập hợp HS thành các hàng ngang đứng xen kẽ nhau, chỉ định một HS lên để đếm nhịp và thực hiện mẫu bài tập tay không, khởi động các khớp và căng cơ cho các bạn khác thực hiện theo. Mỗi động tác thực hiện 2 lần ~~X~~ 8 nhịp theo nhịp đếm hoặc 10 – 15 giây.
- GV nhắc nhở HS thực hiện kỹ các động tác xoay hông, gập duỗi gối, xoay cổ chân và các động tác căng cơ liên quan đến chân.

Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ học tập

- HS vận dụng kiến thức, kỹ năng đã học để khởi động chung.
- GV quan sát, hướng dẫn, hỗ trợ HS (nếu cần thiết).

Bước 3: Báo cáo kết quả hoạt động, thảo luận

- HS thực hiện bài tập khởi động chung theo yêu cầu và hướng dẫn của GV.
- GV quan sát thái độ, tác phong, động tác của HS trong quá trình khởi động chung.

Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện nhiệm vụ

- GV nhận xét, đánh giá, chỉnh sửa động tác cho HS
- GV chuyển sang nhiệm vụ mới.

Nhiệm vụ 2: Khởi động chuyên môn

Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ

- GV tập hợp HS thành các hàng dọc, thực hiện thực hiện lần lượt các động tác khởi động chuyên môn:

- + Đá lăng chân ra trước, sang ngang liên tục từ 5 – 10 lần, sau đó đổi chân
- + Chạy nâng cao đùi, chạy hất lòng bàn chân, chạy hất má ngoài bàn chân, chạy hất chân ra trước liên tục trên cự li từ 10 – 15 m. Thực hiện lặp lại từ 2 – 3 lần
- + Tăng cầu, chuyển cầu qua lại. Thực hiện liên tục từ 1 – 2 phút

Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ học tập

- HS vận dụng kiến thức, kĩ năng đã học để khởi động chuyên môn.
- GV quan sát, hướng dẫn, hỗ trợ HS

Bước 3: Báo cáo kết quả hoạt động, thảo luận

- HS thực hiện bài tập khởi động chuyên môn theo yêu cầu và hướng dẫn của GV.
- GV quan sát thái độ, tác phong, động tác của HS trong quá trình khởi động chuyên môn.

Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện nhiệm vụ

- GV nhận xét, đánh giá, chỉnh sửa động tác cho HS
- GV động viên, khích lệ những tiến bộ HS so với các giờ học trước.
- GV dẫn dắt HS vào bài học: **Bài 4 – Kỹ thuật đỡ cầu bằng ngực**

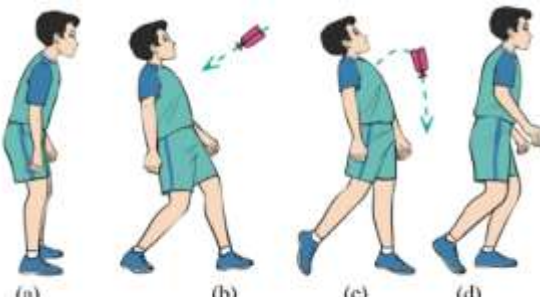
B. HOẠT ĐỘNG HÌNH THÀNH KIẾN THỨC

Hoạt động 1: Tìm hiểu kĩ thuật đỡ cầu bằng ngực

a. Mục tiêu: Thông qua hoạt động, HS thực hiện được kĩ thuật đỡ cầu bằng ngực
b. Nội dung:

- GV giới thiệu nội dung kĩ thuật đỡ cầu bằng ngực
 - GV hướng dẫn HS làm quen động tác mới; thực hiện kĩ thuật đỡ cầu bằng ngực
- c. Sản phẩm:** HS thực hiện đúng kĩ thuật đỡ cầu bằng ngực

d. Tổ chức thực hiện:

HOẠT ĐỘNG CỦA HS - GV	DỰ KIẾN SẢN PHẨM
Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập - GV sử dụng hình ảnh trực quan, động tác mẫu giới thiệu bài tập bổ trợ kĩ thuật đỡ cầu bằng ngực:  Hình 1. Kĩ thuật đỡ cầu bằng ngực - GV hướng dẫn HS thực hiện và phân tích động tác: + Thị phạm toàn kĩ thuật	1. Kĩ thuật đỡ cầu bằng ngực - TTCB: Hai chân đứng rộng bằng vai, hai tay buông tự nhiên, gối khuỵu, mắt quan sát đường cầu tới - Thực hiện: Di chuyển tới vị trí cầu bay tới, khi cầu cách ngực từ 50 – 60 cm, chân thuận bước lùi một bước, gối khuỵu, thân người ngả về phía sau và hơi xoay sang phía chân sau, trọng lượng cơ thể rơi vào chân sau, chân trước duỗi thẳng, hai tay buông tự nhiên. Khi cầu cách ngực khoảng 10 cm thì đập mạnh chân sau, hất ngực đưa thân trên chuyển động ra trước đỡ cầu, sao cho cầu bật ra phía trước cách thân người 40 – 50 cm

+ Thị phạm và phân tích TTCB: tư thế tay, chân, thân người + Thị phạm và phân tích động tác ngã thân người ra sau, thời điểm ngực tiếp xúc cầu + Thị phạm và phân tích động tác kết thúc: tư thế thân người, tư thế tay - GV lưu ý HS sai sót thường gặp trong luyện tập: + Khả năng phán đoán vị trí cầu và lựa chọn vị trí chuẩn bị đỡ cầu chưa phù hợp + Góc độ tiếp xúc của ngực với cầu chưa chính xác + Mức độ phối hợp chuyển trọng tâm cơ thể trong quá trình thực hiện kỹ thuật chưa phù hợp - GV tổ chức cho HS tập luyện: + Tập mô phỏng kỹ thuật + Tập đỡ cầu bằng ngực có người hỗ trợ + Tập kết hợp di chuyển và đỡ cầu bằng ngực + Tập đỡ cầu bằng ngực và chuyền cầu qua lại	- Kết thúc: Trọng lượng cơ thể dồn vào chân trước, thân người hơi đổ về trước, tay có tự nhiên để chuẩn bị thực hiện các hoạt động tiếp theo
--	---

+ Tập các bài tập bổ trợ sử dụng kỹ thuật đỡ cầu bằng ngực

Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ học tập

- HS quan sát động tác mẫu, hình thành biểu tượng đúng về kỹ thuật đỡ cầu bằng ngực

- HS thực hiện từng động tác theo hình ảnh đã ghi nhớ.

- HS luyện tập kỹ thuật theo hiệu lệnh và động tác mẫu của GV.

Bước 3: Báo cáo kết quả hoạt động, thảo luận

- HS tự đánh giá và quan sát, đánh giá kết quả luyện tập của mình và các bạn về mức độ thực hiện được kỹ thuật đỡ cầu bằng ngực

- GV mời đại diện HS, nhóm/tổ thực hiện kỹ thuật đỡ cầu bằng ngực

Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện

- GV nhận xét và chỉnh sửa động tác cho HS (nếu cần).

- GV chuyển sang nhiệm vụ mới.

Hoạt động 2: Một số quy định cơ bản về cách tính điểm và xác định đội thắng cuộc trong thi đấu đá cầu

a. Mục tiêu: Thông qua hoạt động, HS biết một số quy định cơ bản về cách tính điểm và xác định đội thắng cuộc trong thi đấu đá cầu

b. Nội dung: GV đặt câu hỏi về một số quy định cơ bản về cách tính điểm và xác định đội thắng cuộc trong thi đấu đá cầu, HS trả lời câu hỏi

c. Sản phẩm: Câu trả lời của HS về một số quy định cơ bản về cách tính điểm và xác định đội thắng cuộc trong thi đấu đá cầu

d. Tổ chức thực hiện:

HOẠT ĐỘNG CỦA GV – HS	DỰ KIẾN SẢN PHẨM
Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập - GV yêu cầu HS thảo luận nhóm suy nghĩ trả lời các câu hỏi về cơ bản về một số quy định cơ bản về cách tính điểm và xác định đội thắng cuộc trong thi đấu đá cầu: + Đội ghi được 1 điểm khi nào? + Khi một đội mắc lỗi, đối phương sẽ ghi được mấy điểm + Đội ghi điểm được cộng mấy điểm và có được quyền phát cầu không? + Đội thắng trong hiệp đấu khi ghi được bao nhiêu điểm và phải hơn đối phương ít nhất mấy điểm? Nếu điểm số là 20 – 20, hiệp đấu sẽ diễn ra như thế nào?	2. Một số quy định cơ bản về cách tính điểm và xác định đội thắng cuộc trong thi đấu đá cầu - Cách tính điểm: + Đội (cá nhân) ghi được 1 điểm khi thành công trong việc phát (hoặc đá cầu) chạm mặt sân của đối phương, không phạm lỗi và trọng tài không thổi còi dừng trận đấu trước đó + Khi một đội mắc lỗi, đội đối phương sẽ ghi được 1 điểm + Đội ghi điểm được cộng 1 điểm và giành quyền phát cầu - Xác định đội thắng trong hiệp đấu:

+ Đội nào sẽ được quyền phát cầu ở lượt tiếp theo khi tỉ số là 20 – 20? + Nêu cách xác định đội thắng trong trận đấu. Nếu tỉ số hòa 1 – 1 thì sẽ như thế nào? Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ học tập - HS thảo luận nhóm trả lời một số quy định cơ bản về cách tính điểm và xác định đội thắng cuộc trong thi đấu đá cầu Bước 3: Báo cáo kết quả hoạt động, thảo luận - GV mời đại diện 2 – 3 nhóm trả lời các câu hỏi Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện - GV nhận xét và chốt lại một số quy định cơ bản về cách tính điểm và xác định đội thắng cuộc trong thi đấu đá cầu - GV chuyển sang nhiệm vụ mới.	+ Đội thắng trong hiệp đầu khi ghi được 21 điểm và hơn đối phương ít nhất 2 điểm. Nếu điểm số là 20 – 20, hiệp đấu được tiếp tục cho tới khi một trong hai đội vượt hơn đối phương 2 điểm + Đội nhận phát cầu khi tỉ số là 20 – 20 sẽ được quyền phát cầu ở lượt tiếp theo, sau đó sẽ thực hiện phát cầu luân phiên cho tới khi hiệp đấu kết thúc - Xác định đội thắng trong trận đấu: Đội thắng cuộc là đội giành được chiến thắng trong 2 hiệp trước. Nếu tỉ số hòa 1 – 1 sẽ thi đấu hiệp thứ 3
---	--

C. HOẠT ĐỘNG LUYỆN TẬP

Nhiệm vụ 1. Luyện tập kĩ thuật kĩ thuật đỡ cầu bằng ngực

*Nhiệm vụ 1.1: Mô phỏng kĩ thuật đỡ cầu bằng ngực

a. Mục tiêu: Giúp HS hình thành định hình kĩ thuật đỡ cầu bằng ngực, các giai đoạn kĩ thuật và phối hợp các giai đoạn kĩ thuật

b. Nội dung: GV tổ chức HS thực hiện bài tập mô phỏng kỹ thuật đỡ cầu bằng ngực

c. Sản phẩm học tập: HS thực hiện được bài tập mô phỏng kỹ thuật đỡ cầu bằng ngực

d. Tổ chức thực hiện:

Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập

- GV cho HS trong lớp xếp thành các hàng ngang
- GV hướng dẫn HS thực hiện: HS tập mô phỏng kỹ thuật đỡ cầu bằng ngực theo nhịp. Thực hiện lặp lại từ 5 – 7 lần

Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ học tập

- HS tập mô phỏng kỹ thuật đỡ cầu bằng ngực lặp lại từ 5 – 7 lần

Bước 3: Báo cáo kết quả hoạt động và thảo luận

- GV mời đại diện 2 – 3 HS thực hiện bài tập trước lớp

Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện hoạt động

- GV nhận xét, chỉnh sửa lại động tác sai của HS (nếu có).

***Nhiệm vụ 1.2: Đỡ cầu bằng ngực có người hỗ trợ**

a. Mục tiêu: Giúp HS làm quen với kỹ thuật đỡ cầu bằng ngực trong điều kiện giảm độ khó, dẫn dắt HS làm quen để tiến tới thực hiện kỹ thuật hoàn chỉnh

b. Nội dung: GV tổ chức HS thực hiện bài tập đỡ cầu bằng ngực có người hỗ trợ

c. Sản phẩm học tập: HS thực hiện chuẩn bài tập đỡ cầu bằng ngực có người hỗ trợ

d. Tổ chức thực hiện:

Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập

- GV chia số HS trong lớp thành các cặp. Một HS hỗ trợ tung cầu
- GV hướng dẫn HS thực hiện: HS hỗ trợ tung cầu tới vị trí cách HS đỡ cầu từ 1,5 – 2 m cao ngang ngực, HS đỡ cầu di chuyển tới vị trí thích hợp, thực hiện đỡ cầu bằng ngực. Thực hiện lặp lại từ 3 – 5 lần, sau đó đổi vị trí tập luyện

Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ học tập

- HS thực hiện bài tập đỡ cầu bằng ngực có người hỗ trợ

Bước 3: Báo cáo kết quả hoạt động và thảo luận

- GV mời đại diện 1 – 2 cặp thực hiện bài tập trước lớp

Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện hoạt động

- GV nhận xét, chỉnh sửa lại động tác sai của HS (nếu có).

***Nhiệm vụ 1.3: Di chuyển tiến hoặc lùi đỡ cầu bằng ngực**

a. Mục tiêu: Giúp HS luyện tập kĩ thuật đỡ cầu bằng ngực trong điều kiện kết hợp phán đoán hướng cầu tới và chủ động di chuyển tiến, lùi đỡ cầu

b. Nội dung: GV tổ chức cho HS thực hiện bài tập di chuyển tiến hoặc lùi đỡ cầu bằng ngực

c. Sản phẩm học tập: HS thực hiện đúng bài tập di chuyển tiến hoặc lùi đỡ cầu bằng ngực

d. Tổ chức thực hiện:

Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập

- GV chia HS trong lớp thành các cặp. Một HS hỗ trợ tung cầu
- GV hướng dẫn HS thực hiện: HS ở cự li từ 4 – 5 m, tung cầu ngắn, dài, đường cầu bay ngang ngực người đỡ cầu. HS đỡ cầu di chuyển tới vị trí cầu rơi, thực hiện đỡ cầu bằng ngực. Thực hiện liên tục từ 3 – 5 lần, sau đó đổi vai trò thực hiện

Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ học tập

- HS thực hiện cá nhân bài tập di chuyển tiến hoặc lùi đỡ cầu bằng ngực theo cặp
- GV quan sát, hỗ trợ HS khi cần thiết

Bước 3: Báo cáo kết quả hoạt động và thảo luận

- GV mời đại diện 1 – 2 cặp thực hành trước lớp

Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện hoạt động

- GV nhận xét, chỉnh sửa lại động tác sai của HS (nếu có).

***Nhiệm vụ 1.4: Đỡ cầu bằng ngực và chuyền cầu qua lại**

a. Mục tiêu: Giúp HS làm quen với việc sử dụng kỹ thuật đỡ cầu bằng ngực có điều chỉnh hướng và độ nảy của cầu tạo điều kiện thuận lợi để người chơi phối hợp chuyền cầu qua lại

b. Nội dung: GV tổ chức HS thực hiện bài tập đỡ cầu bằng ngực và chuyền cầu qua lại

c. Sản phẩm học tập: HS thực hiện đúng bài tập đỡ cầu bằng ngực và chuyền cầu qua lại

d. Tổ chức thực hiện:

Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập

- GV chia số HS trong lớp thành các cặp
- GV hướng dẫn HS thực hiện: HS sử dụng kỹ thuật đỡ cầu bằng ngực thực hiện đỡ cầu sau đó chuyền cầu qua lại. Thực hiện liên tục từ 3 – 5 phút

Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ học tập

- HS thực hiện bài tập đỡ cầu bằng ngực và chuyền cầu qua lại theo cặp
- GV quan sát, hỗ trợ HS khi cần thiết

Bước 3: Báo cáo kết quả hoạt động và thảo luận

- GV mời 1 – 2 cặp thực hành trước lớp

Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện hoạt động

- GV nhận xét, chỉnh sửa lại động tác sai của HS (nếu có).

Nhiệm vụ 2. Bài tập phát triển sức nhanh và năng lực khéo léo

a. Mục tiêu: Giúp HS rèn luyện phát triển sức nhanh và năng lực khéo léo

b. Nội dung: HS thực hiện các bài tập phát triển sức nhanh và năng lực khéo léo

c. Sản phẩm học tập: HS thực hiện được các bài tập phát triển sức nhanh và năng lực khéo léo

d. Tổ chức thực hiện:

Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập

GV hướng dẫn HS thực hiện các bài tập phát triển sức nhanh và năng lực khéo léo:

Nhảy lò cò kết hợp chạy tốc độ

- Chuẩn bị: Sân tập bằng phẳng, đường chạy có độ dài trên 10 m
- GV hướng dẫn HS thực hiện: HS nhảy lò cò trên đoạn đường từ 8 – 10 m, rồi chạy tốc độ về vị trí xuất phát sau đó đổi chân. Thực hiện lặp lại từ 2 – 3 lần, thời gian nghỉ giữa các lần tập từ 2 – 3 phút

Bật nhảy hình chữ thập chụm chân

- Chuẩn bị: Kẻ ô hình chữ thập có đánh số thứ tự 1, 2, 3, 4
- GV hướng dẫn HS thực hiện: HS bật nhảy liên tục đổi hướng theo thứ tự 1 – 2- 3 – 4 – 1...., tiếp xúc đất bằng nửa trước bàn chân. Thực hiện liên tục từ 10 – 15 giây. Thực hiện lặp lại từ 2 – 3 lần, thời gian nghỉ giữa các lần tập từ 1 – 2 phút

Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ học tập

- HS thực hiện các bài tập phát triển sức nhanh và năng lực phối hợp vận động: Nhảy lò cò kết hợp chạy tốc độ và Bật nhảy hình chữ thập chụm chân

Bước 3: Báo cáo kết quả hoạt động và thảo luận

- GV mời cả lớp cùng thực hiện, quan sát hỗ trợ HS khi cần thiết

Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện hoạt động

- GV nhận xét, kết luận.

Nhiệm vụ 3. Trò chơi vận động

- a. Mục tiêu:** HS phát triển năng lực khéo léo, khả năng phối hợp đồng đội và bổ trợ kĩ thuật đá cầu đã học

b. Nội dung: HS chơi trò “Đội nào khéo hơn” và “Đuổi bắt” theo nhóm

c. Sản phẩm học tập: Kết quả chơi trò chơi “Đội nào khéo hơn” và “Đuổi bắt” của HS

d. Tổ chức thực hiện:

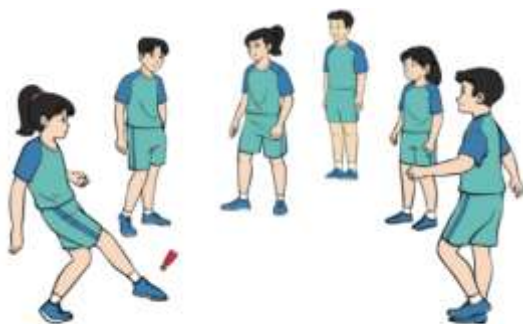
Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập

GV tổ chức cho HS chơi các trò chơi vận động phát triển năng lực khéo léo:

Đội nào khéo hơn

- GV chia số HS tham gia trò chơi thành các đội đều nhau, đứng thành vòng tròn, mỗi đội một quả cầu

- GV hướng dẫn HS cách chơi: Khi có hiệu lệnh bắt đầu, người chơi phối hợp sử dụng các kỹ thuật đá cầu đã học chuyển cầu cho nhau. Chú ý, người chơi không được liên tiếp chạm cầu quá 3 lần. Hết thời gian quy định, đội nào có số lần rơi cầu xuống đất ít nhất sẽ thắng cuộc

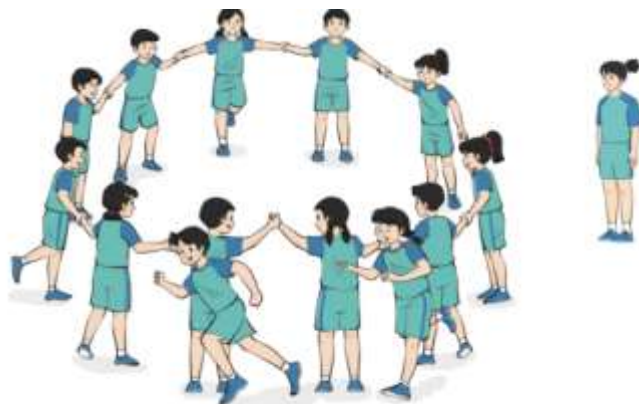


Hình 2. Trò chơi “Đội nào khéo hơn”

Đuổi bắt

- GV cho HS tham gia trò chơi đứng thành vòng tròn nắm tay nhau, chọn ra hai người chơi A (người đuổi bắt) và B (người chạy) đứng quay lưng vào nhau ở giữa vòng tròn

- GV hướng dẫn HS cách thực hiện: Khi có hiệu lệnh bắt đầu, B nhanh chóng chạy, A cố gắng đuổi theo chạm vào người để bắt B. Khi B chạy tới vòng tròn, hai người đứng ở vị trí B chạy qua giơ cao tay cho B chạy ra ngoài, sau đó hạ tay xuống và đứng sát lại, ngăn không cho A chui ra. A phải tìm cửa khác để ra đuổi B. Nếu A bắt được B, hai người sẽ đổi vị trí và tiếp tục trò chơi. Liên tục đuổi nhau từ 1 – 2 phút sau đó đổi cặp chơi. Z



Hình 3. Trò chơi “Đuổi bắt”

Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ học tập

- HS chơi trò “Đội nào khéo hơn” và “Đuổi bắt” theo nhóm
- GV quan sát, hỗ trợ HS khi cần thiết

Bước 3: Báo cáo kết quả hoạt động và thảo luận

- Kết thúc các trò chơi, GV công bố đội chiến thắng

Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện hoạt động

- GV nhận xét, đánh giá.

D. HOẠT ĐỘNG VẬN DỤNG

a. Mục tiêu: HS vận dụng nội dung kiến thức kĩ thuật đỡ cầu bằng ngực, một số quy định cơ bản về cách tính điểm và xác định đội thắng trong cuộc thi đấu đá

cầu; đồng thời định hướng vận dụng vào thực tiễn sinh hoạt, tập luyện TDTT hằng ngày

b. Nội dung: GV giao nhiệm vụ, HS thực hiện nhiệm vụ

c. Sản phẩm học tập: Kết quả thực hiện nhiệm vụ của HS

d. Tổ chức thực hiện:

Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập

- GV giao nhiệm vụ cho HS:

1. Nếu tỉ số hiệp đấu thứ 2 đang là 20 – 20, đội A ghi điểm và tỉ số là 21 – 20 nghiêng về đội A, trọng tài sẽ quyết định trận đấu như thế nào? Vì sao?

2. Vận dụng một số quy định cơ bản về cách tính điểm trong tập luyện và thi đấu đá cầu

3. Vận dụng kĩ thuật đỡ cầu bằng ngực trong tập luyện, vui chơi, rèn luyện sức khỏe hằng ngày

Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ học tập

- HS tiếp nhận, thực hiện các nhiệm vụ

Bước 3: Báo cáo kết quả hoạt động và thảo luận

- GV mời đại diện 1 – 2 HS trình bày các nhiệm vụ

Gợi ý

1. Trọng tài cho trận đấu tiếp tục vì Luật Đá cầu quy định: Đội thắng trong hiệp đấu khi ghi được 21 điểm và hơn đối phương ít nhất 2 điểm. Nếu điểm số là 20 – 20, hiệp đấu được tiếp tục cho tới khi một trong hai đội vượt hơn đối phương 2 điểm. Trường hợp tỉ số là 21 – 20 mới cách 1 điểm nên tiếp tục thi đấu.

2 + 3. HS tự vận dụng một số quy định cơ bản về cách tính điểm và kĩ thuật đỡ cầu bằng ngực trong luyện tập, rèn luyện sức khỏe hằng ngày

Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện hoạt động

- GV nhận xét, kết luận.
- GV hướng dẫn cho HS thả lỏng, hồi tĩnh.

*** Hướng dẫn về nhà:**

- Luyện tập kĩ thuật đỡ cầu bằng ngực