**Tiết 29**: **ĐÁ CẦU**

***1. Mục tiêu.***

a) Về kiến thức. - Đá cầu : Ôn tâng cầu ( do GV chọn). Đỡ cầu bằng ngực, Phát cầu cao chân chính diện bằng mu bàn chân. Học : Đá cầu cao chân chính diện bằng mu bàn chân. Một số điểm trong luật đá cầu( phát cầu).

b) Về kĩ năng. - Thực hiện được tâng cầu bằng đùi, bằng má trong bàn chân, tâng cầu bằng mu bàn chân, đỡ cầu bằng ngực. Nắm và thực hiện được Đá cầu cao chân chính diện bằng mu bàn chân. Biết được Một số điểm trong luật đá cầu( phát cầu).

c) Về thái độ. Giáo dục cho Hs có ý thức học tập và yêu thích bộ môn, biết tự tập luyện hàng ngày để nâng cao sức khỏe.

***2. Địa điểm – Phương tiện***

a) Địa điểm . - Sân tập TD của nhà trường, vệ sinh sạch sẽ, an toàn.

b) Phương tiện. – còi, cầu.

***3. Phương pháp giảng dạy:***

- Thực hành, giảng giải và làm mẫu

***4. Tiến trình bài dạy***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Nội Dung** | **Đ L** | **Phương Pháp Tổ Chức** |
| **A. Phần mở đầu:**  ***1. GV nhận lớp:***  ***- Kiểm tra trang phục tình hình sức khoẻ của hs.***  ***2. GV phổ biến nội dung bài học.***  ***3. Khởi động:***  - Khởi động chung: 8 đt td phát triển chung.  - Khởi động chuyên môn:  + Xoay các khớp cổ tay, cổ chõn, vai, hụng.  + ép dây chằng ngang, dọc .  + Tại chỗ chạy bước nhỏ, nâng cao đùi, gót chạm mông.  ***\* Kiểm tra bài cũ:*** Em hãy thực hiện kĩ thuật phát cao chân chính diện bằng mu bàn chân?  **B. Phần cơ bản:**  ***1. Đá cầu* :**  Ôn tâng cầu bằng đùi, bằng má trong bàn chân, Kĩ thuật di chuyển.  + Di chuyển ngang, dọc, chéo.  **-** Học: Đá cầu cao chân chính diện bằng mu bàn chân.  **-** Một số điểm trong luật đá cầu  (phỏt cầu).  \* Lỗi phát cầu :  - Đấu thủ phát cầu trong khi thực hiện động tác giậm chân vào đường biên ngang hoặc đường giới hạn khu vực phỏt cầu.  - Đấu thủ phát cầu không qua lưới hoặc qua nhưng chạm lưới.  - Quả cầu qua lưới nhưng ra ngoài sân.  - Phát cầu không đúng thứ tự trong thi đấu.  ***\* Củng cố bài giảng:***  - Tâng cầu bằng mu trong, ngoài, mu bàn chân?  - Đá cầu cao chân chính diện bằng mu bàn chân?  **C. Phần kết thúc.**  - Học sinh thả lỏng.  - Nhận xét giờ học.  - Hướng dẫn học sinh ôn bài ở nhà | **10’**  3'  5'-7'  **30'**  25’  5'  **5'** | - 4 hàng dọc cán sự điều khiển.  - Cỏn sự báo cáo, số hs kiến tập.  - GV nói ngắn gọn đủ ý.  GV  ▼  0 0 0 0 0  0 0 0 0  0 0 0 0 0  \* Gv phổ biến nội dung tập .  - GV thị phạm lại động tác cho học sinh .  - HS thực hiện dưới sự chỉ đạo của GV.  \* GV thị phạm và phân tích động tác cho học sinh xem  - HS thực hiện theo tổ dưới sự chỉ đạo của GV.  - GV quan sát sửa sai cho từng tổ.  0000000 0000000  0000000 0000000  GV ▼  0000000 0000000  0000000 0000000  - HS chú ý lắng nghe và nắm được luật đá cầu  GV  ▼  0 0 0 0 0  0 0 0 0  0 0 0 0 0  \* Gọi 2-> 4 em lên thực hiện.  - Học sinh khác nhận xét .  - Giáo viên nhận xét chung.  - Học sinh tự thả lỏng.  - Tuyên dương những em học tốt.  - Kỹ thuật di chuyển, đỡ cầu bằng ngực  - Tâng cầu, đá cầu cao chân chính diện bằng mu bàn chân. |

***5. Rút kinh nghiệm giờ dạy:***

...................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................