

Tuần: 8

Ngày soạn: 26/10/2025

Tiết: 15

Ngày dạy: 27,28/10/2025

TÊN CHỦ ĐỀ: NÉM BÓNG**Bài 2: Giai đoạn kĩ thuật ra sức cuối cùng và giữa thẳng bằng.****Tiết 15: (Theo PPCT)**

- Một số động tác bài tập bổ trợ kĩ thuật, tung và bắt bóng hai tay, tung và bắt bóng một tay, **hai tay phối hợp tung và bắt bóng.**
- **Ôn luyện đoạn kĩ thuật ra sức cuối cùng và giữa thẳng bằng.**
- Trò chơi: Đội nào ném bóng xa hơn.

Môn học: Thể dục 6

Thời gian thực hiện: (1tiết)

I. Mục tiêu bài học.**1. Về kiến thức:**

- Học sinh biết và thực hiện được một số bài tập bổ trợ, **tung và bắt bóng hai tay, tung và bắt bóng một tay, hai tay phối hợp tung và bắt bóng, giai đoạn kĩ thuật ra sức cuối cùng và giữa thẳng bằng,** trò chơi: Đội nào ném bóng xa hơn.

2. Về năng lực:**2.1 Năng lực đặc thù.**

- **Năng lực vận động cơ bản:** Học sinh thực hiện được một số bài tập bổ trợ **tung và bắt bóng hai tay, tung và bắt bóng một tay, hai tay phối hợp tung và bắt bóng, giai đoạn kĩ thuật ra sức cuối cùng và giữa thẳng bằng,** trò chơi: Đội nào ném bóng xa hơn.

- **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.

- **Trung thực:** Học sinh tự giác tham gia đầy đủ các hoạt động học tập và hoàn thiện nhiệm vụ vận động.

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

- **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.

- **Yêu đất nước:** Yêu thiên nhiên, yêu con người, tự hào về truyền thống Việt Nam; sẵn sàng bảo vệ đất nước khi cần.

II. Chuẩn bị.

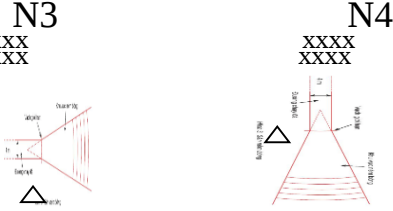
+ **Chuẩn bị của giáo viên:** Trang phục gọn gàng, kế hoạch bài dạy, còi, thước dây, bóng, tranh ảnh, sách thể dục.....

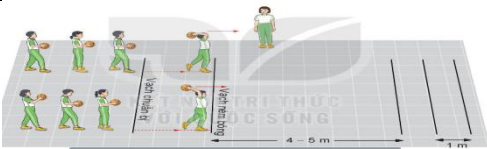
+ **Chuẩn bị của học sinh:** Trang phục (giày TT), sách giáo khoa phù hợp với tiết học.

III. Tiến trình dạy và học.

Mục tiêu	Nội dung	Sản phẩm	Tổ chức thực hiện
1. Hoạt động 1: Mở đầu (10 phút)			
- Tiếp nhận ban đầu về nội dung học tập. - Hoàn thành LVĐ khởi động.	* Nhận lớp. - Phổ biến nội dung và mục tiêu bài học	(SP1): HS chuyển được trạng thái cơ thể hoạt động bình thường sang trạng thái vào hoạt động cao hơn.	Bước 1: GV giao nhiệm vụ: - GV nhận lớp, kiểm tra sức khỏe học sinh, phổ biến nội dung và mục tiêu bài học. - Gv di chuyển, quan sát và chỉ dẫn đôn đốc học sinh. - GV đặt câu hỏi cho HS suy nghĩ và trả lời câu hỏi mục Nội dung. Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ: - Cán sự lớp tập hợp lớp theo đội hình 4 hàng ngang, báo cáo sĩ số. - HS quan sát, lắng nghe nội dung và mục tiêu giờ học. - Đội hình nhận lớp. xxxxxxxxxxxxxxxx xxxxxxxxxxxxxxxx xxxxxxxxxxxxxxxx   * Khởi động chung: Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân; Xoay các khớp; ép dọc, ép ngang. * Khởi động chuyên môn. - Chạy tại chỗ; Cúi gập đánh tay tại chỗ; Vặn mình . - 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   Thảo luận câu hỏi giáo viên giao cho và lên thực hiện . Bước 3; Tổ chức báo cáo. - Cán sự lớp báo cáo kết quả hoàn thành lượng vận động khởi động. 1- 2 hs lên thực hiện giai đoạn kĩ
HS thực hiện được	- Suy nghĩ và trả	(SP2): Thực hiện được	

giai đoạn kỹ thuật ra sức cuối cùng và giữa thẳng bằng	lời câu hỏi sau: + Em hãy lên thực hiện giai đoạn kỹ thuật ra sức cuối cùng và giữa thẳng bằng ?	giai đoạn kỹ thuật ra sức cuối cùng và giữa thẳng bằng	thuật ra sức cuối cùng và giữa thẳng bằng Bước 4: GV kết luận, nhận định: - GV GV sử dụng PP trực quan và PP lời nói. qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí: - (SP1): Đánh giá qua quan sát - (SP2): Đạt: Thực hiện được kỹ thuật động tác - (SP2): Chưa đạt: Thực hiện chưa được kỹ thuật động tác
2. Hoạt động 2: Hình thành kiến thức mới			
3. Hoạt động 3: Luyện tập (20 phút)			
- Học sinh thực hiện được động tác ; Cách cầm bóng, tung và bắt bóng hai tay, Tung và bắt bóng một tay; Hai tay phối hợp tung và bắt bóng - Học sinh thực hiện cơ bản được giai đoạn kỹ thuật ra sức cuối cùng và giữa thẳng bằng	* Thực hiện tập luyện; Cách cầm bóng, tung và bắt bóng hai tay, Tung và bắt bóng một tay ; hai tay phối hợp tung và bắt bóng - Giai đoạn kỹ thuật ra sức cuối cùng và giữa thẳng bằng.  Hình 1. Kỹ thuật ra sức cuối cùng	(SP1): Thực hiện được cách cầm bóng, tung và bắt bóng hai tay, tung và bắt bóng một tay ; Hai tay phối hợp tung và bắt bóng (SP2): thực hiện được giai đoạn kỹ thuật ra sức cuối cùng và giữa thẳng bằng	Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập - GV hướng dẫn và tổ chức học sinh tập luyện lần lượt các bài tập theo hình thức nhóm đồng loạt, chia nhóm và lưu ý những sai sót thường gặp và cách sửa sai. Bước 2: Thực hiện nhiệm vụ học tập - Tập luyện đồng loạt: + Hs thành 4 hàng ngang hs lên thực hiện theo hiệu của cán sự - Đội hình tập luyện. <pre> x x x x x x x x x x x x x x x x x x x x x x x x </pre> (x) △ - Tập luyện nhóm luân phiên. + Cán sự chia lớp 4 nhóm lần 1 hs lên thực hiện + Đội hình tập luyện. N1 XXXX XXXX N2 XXXX XXXX  Hình 2. Hình thức tập luyện

	 Hình 2. Dừng chân trước để giữ thăng bằng Hình 3. Nhảy đổi chân để giữ thăng bằng ..		N3 XXXX XXXX  N4 XXXX XXXX Bước 3: Tổ chức báo cáo - GV chọn một HS thực hiện đúng, một học sinh thực hiện chưa đúng. GV gợi ý để HS nhận xét và GV đưa ra kết luận. Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí: - (SP1): Đạt: Thực hiện được kĩ thuật động tác - (SP1): Chưa đạt: Thực hiện chưa đúng kĩ thuật - (SP2): Đạt: Thực hiện được kĩ thuật động tác - (SP2): Chưa đạt: Thực hiện chưa đúng kĩ thuật
4. Hoạt động 4: Vận dụng (10phút)			
Học sinh vận dụng trò chơi - Vận dụng giai đoạn kĩ thuật ra sức cuối cùng và	Thực hiện Trò chơi “Đội nào ném bóng xa hơn”.	(SP1): Số hiệp thực hiện nhanh nhất của 2 đội (chỉ tính khi thực hiện luật chơi) (SP2): Biết vận dụng vào hoạt động tập luyện thể dục thể thao	Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập - GV chia lớp thành 02 nhóm bằng nhau. Giáo viên phổ biến nội dung trò chơi, cách chơi luật chơi và tổ chức trò chơi. Bước 2: Thực hiện nhiệm vụ học tập - HS quan sát, lắng nghe và thực hiện trò chơi - Học sinh chơi trò chơi nhiệt tình đoàn kết. - Đội hình trò chơi.

giữa thẳng bằng vào tập luyện ngoài giờ.		và trò chơi ở trên lớp cũng như ngoài giờ học.	 Bước 3: Tổ chức báo cáo - HS báo cáo các kết quả thực hiện trò chơi Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận (SP1): GV đánh giá thông qua kết quả của mỗi đội, tuyên dương và nghe phản hồi từ HS.
--	--	--	---

5. Hoạt động: Kết thúc (5phút)

- Đưa cơ thể về trạng thái ban đầu. - Hướng dẫn tự học và luyện tập ở nhà.	Thực hiện hồi tĩnh, nhận xét tiết học, hướng dẫn HS sử dụng SGK và tự luyện tập	- Cơ thể được hồi phục sau luyện tập. - Phẩm chất, năng lực hình thành ở HS.	Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập - Hướng dẫn HS thực hiện thả lỏng; nhận xét giờ học - Hướng dẫn HS sử dụng SGK để tự tập luyện (buổi học sau mời 1 - 2 HS thực hiện kỹ thuật động tác). Bước 2: Thực hiện nhiệm vụ học tập - HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh - HS chú ý lắng nghe. - HS tiếp nhận bài tập của GV: Tự tập luyện ngoài giờ, các tình huống vận dụng.
---	---	---	--

IV. Hồ sơ dạy học:

4.1. Tiết học giai đoạn kỹ thuật ra sức cuối cùng và giữa thẳng bằng trong nội dung ném bóng lớp 6 (Đã được tổ bộ môn thống nhất biên soạn từ sách giáo viên và sách học sinh hoặc kết hợp với các nguồn khác cho phù hợp với học sinh tại đơn vị)

4.2. Các hồ sơ khác: Video minh họa; Tham khảo trên Youtube.....

V. Rút kinh nghiệm giờ dạy: (Nêu có)

5.1. Kết quả đạt được:.....

5.2. Hạn chế, tồn

tại:.....

Tuần: 8

Ngày soạn: 26/10/2025

Tiết: 16

Ngày dạy: 27,28/10/2025

TÊN CHỦ ĐỀ: NÉM BÓNG**Bài 2: Giai đoạn kĩ thuật ra sức cuối cùng và giữa thẳng bằng.****Tiết 16: (Theo PPCT)**

- Một số động tác bài tập bổ trợ kĩ thuật, tung và bắt bóng hai tay, tung và bắt bóng một tay, **hai tay phối hợp tung và bắt bóng.**
- **Ôn luyện đoạn kĩ thuật ra sức cuối cùng và giữa thẳng bằng.**
- Trò chơi: Con sâu đo.

Môn học: Thể dục 6

Thời gian thực hiện: (1 tiết)

I. Mục tiêu bài học.**1. Về kiến thức:**

- Học sinh biết và thực hiện được một số bài tập bổ trợ, **tung và bắt bóng hai tay, tung và bắt bóng một tay, hai tay phối hợp tung và bắt bóng, giai đoạn kĩ thuật ra sức cuối cùng và giữa thẳng bằng, trò chơi: Con sâu đo.**

2. Về năng lực:**2.1 Năng lực đặc thù.**

- **Năng lực vận động cơ bản:** Học sinh thực hiện được một số bài tập bổ trợ **tung và bắt bóng hai tay, tung và bắt bóng một tay, hai tay phối hợp tung và bắt bóng, giai đoạn kĩ thuật ra sức cuối cùng và giữa thẳng bằng, trò chơi: Con sâu đo.**

- **Năng lực hoạt động TDDT:** 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.

- **Trung thực:** Học sinh tự giác tham gia đầy đủ các hoạt động học tập và hoàn thiện nhiệm vụ vận động.

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

- **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.

- **Yêu đất nước:** Yêu thiên nhiên, yêu con người, tự hào về truyền

thống Việt Nam; sẵn sàng bảo vệ đất nước khi cần.

II. Thiết bị dạy học và học liệu.

+ **Chuẩn bị của giáo viên:** Trang phục gọn gàng, kế hoạch bài dạy, còi, thước dây, bóng, tranh ảnh, sách thể dục.....

+ **Chuẩn bị của học sinh:** Trang phục (giày TT), sách giáo khoa phù hợp với tiết học.

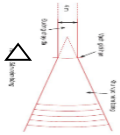
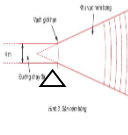
III. Tiến trình dạy và học.

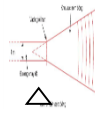
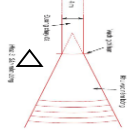
Mục tiêu	Nội dung	Sản phẩm	Tổ chức thực hiện
1. Hoạt động 1: Mở đầu (10 phút)			
- Tiếp nhận ban đầu về nội dung học tập. - Hoàn thành LVD khởi động.	* Nhận lớp. - Phổ biến nội dung và mục tiêu bài học	(SP1): HS chuyển được trạng thái cơ thể hoạt động bình thường sang trạng thái vào hoạt động cao hơn.	Bước 1: GV giao nhiệm vụ: - GV nhận lớp, kiểm tra sức khỏe học sinh, phổ biến nội dung và mục tiêu bài học. - Gv di chuyển, quan sát và chỉ dẫn đôn đốc học sinh. - GV đặt câu hỏi cho HS suy nghĩ và trả lời câu hỏi mục Nội dung. Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ: - Cán sự lớp tập hợp lớp theo đội hình 4 hàng ngang, báo cáo sĩ số. - HS quan sát, lắng nghe nội dung và mục tiêu giờ học. - Đội hình nhận lớp.  xxxxxxxxxxxxxxxxxx xxxxxxxxxxxxxxxxxx xxxxxxxxxxxxxxxxxx  * Khởi động chung: Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân; Xoay các khớp; ép dọc, ép ngang. * Khởi động chuyên môn. - Chạy tại chỗ; Cúi gập đánh tay tại chỗ; Vặn mình . - 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  Thảo luận câu hỏi giáo viên giao cho và lên thực hiện . Bước 3; Tổ chức báo cáo. - Cán sự lớp báo cáo kết quả hoàn thành vận động khởi động.
HS thực hiện		(SP2): Thực	

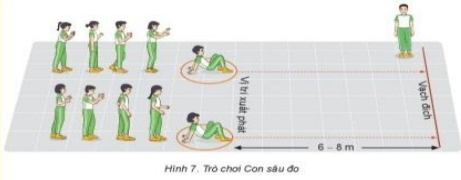
được giai đoạn kỹ thuật ra sức cuối cùng và giữa thẳng bằng	- Suy nghĩ và trả lời câu hỏi sau: + Em hãy lên thực hiện giai đoạn kỹ thuật ra sức cuối cùng và giữa thẳng bằng ?	hiện được giai đoạn kỹ thuật ra sức cuối cùng và giữa thẳng bằng	1- 2 hs lên thực hiện giai đoạn kỹ thuật ra sức cuối cùng và giữa thẳng bằng Bước 4: GV kết luận, nhận định: - GV GV sử dụng PP trực quan và PP lời nói. qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí: - (SP1): Đánh giá qua quan sát - (SP2): Đạt: Thực hiện được kỹ thuật động tác - (SP2): Chưa đạt: Thực hiện chưa được kỹ thuật động tác
--	--	---	---

2. Hoạt động 2: Hình thành kiến thức mới

3. Hoạt động 3: Luyện tập (20 phút)

- Học sinh thực hiện được động tác ; Cách cầm bóng, tung và bắt bóng hai tay, Tung và bắt bóng một tay; Hai tay phối hợp tung và bắt bóng - Học sinh thực hiện cơ bản được giai đoạn kỹ thuật ra sức cuối cùng và giữa thẳng bằng	* Thực hiện tập luyện; Cách cầm bóng, tung và bắt bóng hai tay, Tung và bắt bóng một tay ; hai tay phối hợp tung và bắt bóng - Giai đoạn kỹ thuật ra sức cuối cùng và giữa thẳng bằng.  Hình 1. Kỹ thuật ra sức cuối cùng	(SP1): Thực hiện được cách cầm bóng, tung và bắt bóng hai tay, tung và bắt bóng một tay ; Hai tay phối hợp tung và bắt bóng (SP2): thực hiện được giai đoạn kỹ thuật ra sức cuối cùng và giữa thẳng bằng	Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập - GV hướng dẫn và tổ chức học sinh tập luyện lần lượt các bài tập theo hình thức nhóm đồng loạt, chia nhóm và lưu ý những sai sót thường gặp và cách sửa sai. Bước 2: Thực hiện nhiệm vụ học tập - Tập luyện đồng loạt: + Hs thành 4 hàng ngang hs lên thực hiện theo hiệu của cán sự - Đội hình tập luyện. <pre> 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 </pre> (x) △ - Tập luyện nhóm luân phiên. + Cán sự chia lớp 4 nhóm lần 1 hs lên thực hiện + Đội hình tập luyện. N1 xxxx xxxx  N2 xxxx xxxx 
---	---	--	--

	 Hình 2. Dừng chân trước để giữ thăng bằng Hình 3. Nhảy đổi chân để giữ thăng bằng ..		N3 XXXX XXXX  N4 XXXX XXXX  Bước 3: Tổ chức báo cáo - GV chọn một HS thực hiện đúng, một học sinh thực hiện chưa đúng. GV gợi ý để HS nhận xét và GV đưa ra kết luận. Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận GV đánh giá thông qua quan sát, mức độ đánh giá theo tiêu chí: - (SP1): Đạt: Thực hiện được kĩ thuật động tác - (SP1): Chưa đạt: Thực hiện chưa đúng kĩ thuật - (SP2): Đạt: Thực hiện được kĩ thuật động tác - (SP2): Chưa đạt: Thực hiện chưa đúng kĩ thuật
4. Hoạt động 4: Vận dụng (10phút)			
Học sinh vận dụng chơi trò chơi - Vận dụng giai đoạn kĩ thuật ra sức cuối cùng và giữa thẳng bằng vào tập	Thực hiện Trò chơi “Con sâu đo”	(SP1): Số hiệp thực hiện nhanh nhất của 2 đội (chỉ tính khi thực hiện luật chơi) (SP2): Biết vận dụng vào hoạt động tập luyện thể dục thể thao và trò chơi ở trên	Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập - GV chia lớp thành 02 nhóm bằng nhau. Giáo viên phổ biến nội dung trò chơi, cách chơi luật chơi và tổ chức trò chơi. Bước 2: Thực hiện nhiệm vụ học tập - HS quan sát, lắng nghe và thực hiện trò chơi - Học sinh chơi trò chơi nhiệt tình đoàn kết. - Đội hình trò chơi.

luyện ngoài giờ.		lớp cũng như ngoài giờ học.	 Bước 3: Tổ chức báo cáo - HS báo cáo kết quả thực hiện trò chơi Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện, kết luận (SP1): GV đánh giá thông qua kết quả của mỗi đội, tuyên dương và nghe phản hồi từ HS.
5. Hoạt động: Kết thúc (5phút)			
- Đưa cơ thể về trạng thái ban đầu. - Hướng dẫn tự học và luyện tập ở nhà.	Thực hiện hồi tĩnh, nhận xét tiết học, hướng dẫn HS sử dụng SGK và tự luyện tập	- Cơ thể được hồi phục sau luyện tập. - Phẩm chất, năng lực hình thành ở HS.	Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập - Hướng dẫn HS thực hiện thả lỏng; nhận xét giờ học - Hướng dẫn HS sử dụng SGK để tự tập luyện (buổi học sau mời 1 - 2 HS thực hiện kỹ thuật động tác). Bước 2: Thực hiện nhiệm vụ học tập - HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh - HS chú ý lắng nghe. - HS tiếp nhận bài tập của GV: Tự tập luyện ngoài giờ, các tình huống vận dụng.

IV. Hồ sơ dạy học:

4.1. Tiết học **giai đoạn kỹ thuật ra sức cuối cùng và giữa thẳng bằng trong nội dung ném bóng lớp 6** (Đã được tổ bộ môn thống nhất biên soạn từ sách giáo viên và sách học sinh hoặc kết hợp với các nguồn khác cho phù hợp với học sinh tại đơn vị)

4.2. Các hồ sơ khác: Video minh họa; Tham khảo trên Youtube.....

V. Rút kinh nghiệm giờ dạy: (Nêu có)

5.1. Kết quả đạt được:.....

5.2. Hạn chế, tồn tại:.....

-----*****-----

Tổ Trưởng

GVBM