**PHÂN PHỐI CHƯƠNG TRÌNH SÁCH GIÁO KHOA GIÁO DỤC THỂ CHẤT 11 – BÓNG CHUYỀN**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Tên Chủ đề/ Bài** | | **Số tiết** | **Nội dung** |
| **PHẦN MỘT. KIẾN THỨC CHUNG** | | | |
| **Chủ đề: SỬ DỤNG CÁC YẾU TỐ TỰ NHIÊN, DINH DƯỠNG ĐỂ RÈN LUYỆN SỨC KHOẺ VÀ PHÁT TRIỂN THỂ CHẤT** | |  | ***1. Ảnh hưởng của môi trường tự nhiên trong việc rèn luyện sức khoẻ và phát triển thể chất******2. Tác dụng của dinh dưỡng trong rèn luyện sức khoẻ và phát triển thể chất*** |
| **PHẦN HAI. THỂ THAO TỰ CHỌN – BÓNG CHUYỀN** | | | |
| **Chủ đề 1: VAI TRÒ, TÁC DỤNG CỦA MÔN BÓNG CHUYỀN ĐỐI VỚI SỰ PHÁT TRIỂN THỂ CHẤT – MỘT SỐ ĐIỀU LUẬT THI ĐẤU MÔN BÓNG CHUYỀN** | Bài 1. Vai trò, tác dụng của môn Bóng chuyền đối với sự phát triển thể chất |  | ***1. Vai trò***  ***2. Tác dụng*** |
| Bài 2. Một số điều luật thi đấu môn Bóng chuyền |  | ***1. Ngừng, trì hoãn và nghỉ giữa hiệp đấu***  1.1. Số lần ngừng hợp lệ (Điều 15)  1.2. Giới hạn của việc thay người  1.3. Các hình thức trì hoãn trận đấu (Điều 16)  1.4. Nghỉ giữa quãng và đổi sân  ***2. Vận động viên Libero (Điều 19)***  ***3. Bảng phạt lỗi thái độ, hành vi xấu*** |
| **Chủ đề 2. KĨ THUẬT DI CHUYỂN VÀ CHUYỀN BÓNG (18 tiết)** | Bài 1. Kĩ thuật nhoài người đỡ bóng bằng một tay | 6 | ***I. Mở đầu***  1. Khởi động  2. Trò chơi hỗ trợ khởi động  ***II. Kiến thức mới***  Kĩ thuật nhoài người đỡ bóng bằng một tay  ***III. Luyện tập***  1. Nội dung tập luyện  2. Hình thức luyện tập  ♦ Trò chơi bổ trợ động tác  ***IV. Vận dụng*** |
| Bài 2. Kĩ thuật chuyền bóng cao tay sau đầu | 12 | ***I. Mở đầu***  1. Khởi động  2. Trò chơi hỗ trợ khởi động  ***II. Kiến thức mới***  Kĩ thuật chuyền bóng cao tay sau đầu  ***III. Luyện tập***  1. Nội dung tập luyện  2. Hình thức luyện tập  ♦ Trò chơi bổ trợ kĩ thuật  ***IV. Vận dụng*** |
| **Chủ đề 3. KĨ THUẬT PHÁT VÀ ĐẬP BÓNG (26 tiết)** | Bài 1. Kĩ thuật phát bóng cao tay trước mặt | 12 | ***I. Mở đầu***  1. Khởi động  2. Trò chơi hỗ trợ khởi động  ***II. Kiến thức mới***  Kĩ thuật phát bóng cao tay trước mặt  ***III. Luyện tập***  1. Nội dung tập luyện  2. Hình thức luyện tập  ♦ Trò chơi bổ trợ kĩ thuật  ***IV. Vận dụng*** |
| Bài 2. Kĩ thuật đập bóng xoay người | 14 | ***I. Mở đầu***  1. Khởi động  2. Trò chơi hỗ trợ khởi động  ***II. Kiến thức mới***  Kĩ thuật đập bóng xoay người  ***III. Luyện tập***  1. Nội dung tập luyện  2. Hình thức luyện tập  ♦ Trò chơi bổ trợ kĩ thuật  ***IV. Vận dụng*** |
| **Chủ đề 4. CHIẾN THUẬT THI ĐẤU CƠ BẢN (19 tiết)** | Bài 1. Chiến thuật tấn công đội hình 2 – 4 | 9 | ***I. Mở đầu***  1. Khởi động  2. Trò chơi hỗ trợ khởi động  ***II. Kiến thức mới***  Chiến thuật tấn công đội hình 2 – 4  ***III. Luyện tập***  1. Nội dung tập luyện  2. Hình thức luyện tập  ♦ Trò chơi phát triển thể lực  ***IV. Vận dụng*** |
| Bài 2. Chiến thuật phòng thủ đội hình số 6 tiến | 8 | ***I. Mở đầu***  1. Khởi động  2. Trò chơi hỗ trợ khởi động  ***II. Kiến thức mới***  Chiến thuật phòng thủ đội hình số 6 tiến  ***III. Luyện tập***  1. Nội dung tập luyện  2. Hình thức luyện tập  ♦ Trò chơi phát triển thể lực  ***IV. Vận dụng*** |
| **Kiểm tra và đánh giá (7 tiết)** | |  |  |
| **Tổng chương trình** | | **70** |  |