**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 người1.3. 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 động2. 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 luyện2. 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 động2. 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 luyện2. 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 động2. 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 luyện2. 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 động2. Trò chơi hỗ trợ khởi động***II. Kiến thức mới***Kĩ thuật đập bóng xoay người***III. Luyện tập*** 1. Nội dung tập luyện2. 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 động2. 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 luyện2. 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 động2. 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 luyện2. Hình thức luyện tập♦ Trò chơi phát triển thể lực***IV. Vận dụng*** |
| **Kiểm tra và đánh giá (7 tiết)** |  |  |
| **Tổng chương trình** | **70** |  |