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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **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 RỔ** | | | |
| **Chủ đề 1: VAI TRÒ, TÁC DỤNG CỦA MÔN BÓNG RỔ ĐỐI VỚI SỰ PHÁT TRIỂN THỂ CHẤT – CÁC TÌNH HUỐNG ĐƯỢC PHÁT BÓNG BIÊN VÀ NÉM PHẠT TRONG THI ĐẤU MÔN BÓNG RỔ** | Bài 1. Vai trò, tác dụng của môn Bóng rổ đối với sự phát triển thể chất |  | ***1. Vai trò***  ***2. Tác dụng*** |
| Bài 2. Các tình huống được phát bóng biên và ném phạt trong thi đấu môn Bóng rổ |  | ***1. Phát bóng biên (Điều 17)***  ***2. Phạm lỗi và Ném phạt (Điều 43)*** |
| **Chủ đề 2. KĨ THUẬT CHUYỀN BÓNG – NHẢY NÉM RỔ – NHẢY DỪNG BẮT BÓNG, XOAY CHÂN TRỤ – NHẢY NÉM RỔ (20 tiết)** | Bài 1. Kĩ thuật chuyền bóng một tay bên hông và hai tay trên đầu | 4 | ***I. Mở đầu***  1. Khởi động  2. Trò chơi hỗ trợ khởi động  ***II. Kiến thức mới***  1. Kĩ thuật chuyền bóng một tay bên hông  2. Kĩ thuật chuyền bóng hai tay trên đầu  ***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 nhảy dừng bắt bóng và xoay chân trụ | 6 | ***I. Mở đầu***  1. Khởi động  2. Trò chơi hỗ trợ khởi động  ***II. Kiến thức mới***  1. Kĩ thuật nhảy dừng bắt bóng  2. Kĩ thuật xoay chân trụ  ***III. Luyện tập***  1. Nội dung tập luyện  2. Hình thức luyện tập  ♦ Trò chơi bổ trợ kĩ thuật  ***IV. Vận dụng*** |
| Bài 3. Kĩ thuật nhảy ném rổ một tay trên vai | 10 | ***I. Mở đầu***  1. Khởi động  2. Trò chơi hỗ trợ khởi động  ***II. Kiến thức mới***  Kĩ thuật nhảy ném rổ một tay trên vai  ***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. PHỐI HỢP ĐỘNG TÁC GIẢ DẪN BÓNG VÀ NÉM RỔ (16 tiết)** | Bài 1. Phối hợp động tác giả và kĩ thuật dẫn bóng | 8 | ***I. Mở đầu***  1. Khởi động  2. Trò chơi hỗ trợ khởi động  ***II. Kiến thức mới***  1. Kĩ thuật phối hợp động tác giả và dẫn bóng  2. Kĩ thuật dẫn bóng di chuyển đổi hướng  ***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 bước lên ném rổ và động tác giả trước khi ném rổ | 8 | ***I. Mở đầu***  1. Khởi động  2. Trò chơi hỗ trợ khởi động  ***II. Kiến thức mới***  1. Kĩ thuật bước lên ném rổ  2. Kĩ thuật động tác giả trước khi ném rổ  ***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 (27 tiết)** | Bài 1. Chiến thuật tấn công phối hợp nhóm 2 – 3 người | 14 | ***I. Mở đầu***  1. Khởi động  2. Trò chơi hỗ trợ khởi động  ***II. Kiến thức mới***  1. Chiến thuật phối hợp tấn công 2 người  2. Chiến thuật phối hợp tấn công 3 người  ***III. Luyện tập***  1. Nội dung tập luyện  2. Hình thức luyện tập  ♦ Trò chơi bổ trợ chiến thuật  ***IV. Vận dụng*** |
| Bài 2. Chiến thuật phòng thủ khu vực (thủ liên phòng) | 13 | ***I. Mở đầu***  1. Khởi động  2. Trò chơi hỗ trợ khởi động  ***II. Kiến thức mới***  1. Nguyên tắc phòng thủ  2. Những hoạt động phòng thủ khi đối phương tấn công có bóng  3. Những hoạt động phòng thủ khi đối phương tấn công không bóng  ***III. Luyện tập***  1. Nội dung tập luyện  2. Hình thức luyện tập  ♦ Trò chơi bổ trợ chiến thuật  ***IV. Vận dụng*** |
| **Kiểm tra và đánh giá (7 tiết)** | |  |  |
| **Tổng chương trình** | | **70** |  |