**Thời gian ôn tập:** Tuần 24: từ ngày 06/04/2020 đến 11/04/2020

**Môn Thể dục Khối 7**

**THỂ THAO TỰ CHỌN**

**BÓNG RỔ**

**Học sinh mở Link video xem bài giảng:**

**KỸ THUẬT DẪN BÓNG ĐƯỜNG THẲNG**

[**https://www.youtube.com/watch?v=FiawXnorzwU**](https://www.youtube.com/watch?v=FiawXnorzwU)

**KỸ THUẬT DẪN BÓNG QUA CỌC**

[**https://www.youtube.com/watch?v=IBBqRSvqhY0**](https://www.youtube.com/watch?v=IBBqRSvqhY0)

1. **MỤC TIÊU:**

**1. Mục tiêu về kiến thức:**

- Hiểu được khái niệm về kỹ thuật dẫn bóng và dẫn bóng qua cọc trong môn bóng rổ. Phân biệt và gọi tên được các kỹ thuật động tác.

.**2. Mục tiêu về kĩ năng:**

- Thực hiện đúng kỹ thuật dẫn bóng và dẫn bóng qua cọc. Biết áp dụng vào tập luyện hàng ngày.

**3. Mục tiêu về thái độ:**

 - Rèn tính tích cực, tự giác, chinh phục thành tích của bản thân.

1. **LÝ THUYẾT**

Dẫn bóng trong bóng rổ là kỹ thuật cơ bản dùng để giữ bóng và dẫn bóng qua sân đối phương để tấn công.

Dẫn bóng qua cọc là kỹ thuật dùng để dẫn bóng tấn công và dẫn bóng qua người đối thủ.

1. **BÀI TẬP**

Sau khi xem clip hướng dẫn các em tự ôn tập tại nhà.

Các em tập luyện theo hướng dẫn của thầy cô..

Yêu cầu tập luyện nghiêm túc và thường xuyên.

Nhớ khởi động nhẹ trước khi tập luyện.

Nếu có phần nào chưa rõ các em liên hệ trực tiếp với thầy cô của mình để được giải thích.

**Chúc các em tập luyện tốt.**