Trường THPT Trung Phú

Tổ GDTC

**CHỦ ĐỀ 1: NHỮNG VẤN ĐỀ CHUNG**

**BÀI 1: VAI TRÒ, ẢNH HƯỞNG CỦA MÔN BÓNG CHUYỀN ĐỐI VỚI SỨC KHỎE VÀ XÃ HỘI**

**I. MỤC TIÊU**

*Sau bài học này, HS sẽ:*

* Hiểu được vai trò, ảnh hưởng của môn Bóng chuyền đối với sức khỏe và xã hội.
* Biết lập kế hoạch tập luyện môn Bóng chuyền.
* Thể hiện sự ham thích, đam mê thể thao trong học tập và cuộc sống hằng ngày.

**II.NỘI DUNG**

**1. Vai trò, ảnh hưởng của môn Bóng chuyền đối với sức khoẻ**

- Tăng cường sức khoẻ tim mạch.

- Tăng cường sức mạnh cơ bắp.

- Cải thiện vóc dáng.

- Cải thiện khả năng phối hợp.

- Giảm căng thẳng, mệt mỏi.

- Phòng chống bệnh tật.

**2. Vai trò, ảnh hưởng của môn Bóng chuyền đối với xã hội**

- Thúc đẩy giao lưu, hợp tác.

- Góp phần nâng cao thể chất, tinh thần.

- Thúc đẩy phát triển kinh tế.

- Thúc đẩy phát triển văn hoá, du lịch.

- Vai trò giáo dục.Hết