

KHỐI IV
CHỦ ĐỀ 3 BÀI TẬP THỂ DỤC
Bài 1: ĐỘNG TÁC VƯỜN THỜ, ĐỘNG TÁC LƯỜN, ĐỘNG TÁC VẬN
MÌNH VÀ ĐỘNG TÁC BỤNG VỚI GẬY
Tiết 40: ÔN 4 ĐỘNG TÁC ĐÃ HỌC

I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

1. Về kiến thức - kĩ năng:

- Biết và thực hiện được các động tác vườn thờ, lườn, vận mình, bụng với gậy đúng phương hướng và nhịp hô, biết cách chơi và tham gia chơi được trò chơi.

2. Về phẩm chất: Bài học góp phần bồi dưỡng cho học sinh các phẩm chất cụ thể:

- Đoàn kết, nghiêm túc, tích cực trong tập luyện và hoạt động tập thể.
 - Tích cực tham gia các trò chơi vận động, có trách nhiệm trong khi chơi trò chơi và hình thành thói quen tập luyện TDTT.

3. Về năng lực:

3.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Biết quan sát tranh ảnh, động tác làm mẫu của GV để tập luyện các động tác vườn thờ, lườn, vận mình, bụng với gậy và tự sửa sai động tác.
 - Giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

3.2. Năng lực đặc thù:

- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện.
 - NL vận động cơ bản: Thực hiện được các động tác vườn thờ, lườn, vận mình, bụng với gậy và vận dụng vào tập thể dục hàng ngày để nâng cao sức khỏe.

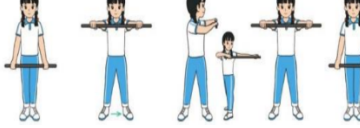
II. ĐỊA ĐIỂM – PHƯƠNG TIỆN

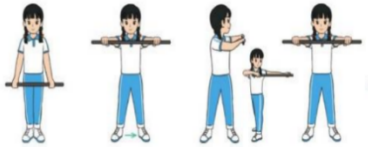
- Địa điểm: Sân trường
 - Phương tiện:
 + GV: KHBD, tranh, bóng, gậy, cọc tiêu.
 + HS: Trang phục gọn gàng, giày.

III. PHƯƠNG PHÁP – HÌNH THỨC TỔ CHỨC:

- Phương pháp: Vấn đáp, trực quan, làm mẫu, nhận xét - đánh giá, áp dụng chiến lược 6C vào trò chơi và thi đấu.
 - Hình thức tổ chức: Tập luyện nhóm đôi, nhóm, đồng loạt.

Nội dung	ĐL	Hoạt động dạy học	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
A. Phần mở đầu. 1. Nhận lớp. 2. Khởi động: - Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân tập.	6-8'	- GV nghe cán bộ lớp báo cáo, hỏi thăm sức khỏe.	- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số. Đội hình nhận lớp:

- Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... 3. Trò chơi: Ai không có bóng.  Hình 3. Trò chơi "Ai không có bóng"		- GV phổ biến nội dung, nhiệm vụ và yêu cầu giờ học. - HD khởi động, quan sát, đôn đốc HS khởi động. - GV tổ chức HS chơi trò chơi, quan sát đảm bảo an toàn cho HS	GV - Cán sự điều khiển lớp khởi động . - HS chơi đúng luật, nhiệt tình sôi nổi và đảm bảo an toàn.
B. Phần cơ bản 1. Kiến thức: Tiết 40: Ôn 4 động tác đã học. * Động tác vươn thở với gậy.  * Động tác lườn với gậy.  * Động tác vặn mình với gậy.  * Động tác bụng với gậy. 	20-22' 4-5'	- GV cùng HS nêu tên các động tác đã học, gọi 1 -2 HS lên thực hiện động tác - GV nhận xét, nêu những điểm cần lưu ý khi thực hiện từng động tác. - GV hô nhịp, quan sát, kết hợp sửa sai.	- HS nêu tên động tác, thực hiện động tác, HS còn lại quan sát, nhận xét. - HS nghe và ghi nhớ khi thực hiện. * Đội hình tập luyện <pre> € € € € € € € € € € € € € € € € € € ♀ </pre> - HS tập theo nhịp hô
2. Luyện tập: * Đồng loạt	14-15'	- GV hô nhịp 1 lần và hướng dẫn cán sự hô.	Đội hình tập luyện đồng loạt:

* Nhóm		- HS tập theo hướng dẫn của GV. - GV quan sát, sửa sai cho HS. - Yêu cầu các tổ tự quản luyện tập theo khu vực. - GV quan sát, nhắc nhở HS tập. - GV quan sát, giúp đỡ, sửa sai	€ € € € € € € € € € € € € € € € € € ĐH tập luyện theo nhóm: € € € € € € € € € € € € € € € € € € € € € € € € € € € € € €
* Nhóm đôi			- ĐH tập theo cặp € € € € € € ↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓ € € € € € €
* Thi đua giữa các tổ.		- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - Tuyên dương tổ tập đều, đúng nhất. - GV nêu tên trò chơi, phổ biến luật chơi, cách chơi. - Cùng HS nhắc lại luật chơi và cách chơi. - Cho HS chơi thử. - Tổ chức cho HS chơi. - Quan sát, nhận xét, biểu dương HS thực hiện tốt.	- Từng nhóm lên trình diễn, còn lại quan sát, nhận xét - đánh giá cho nhóm bạn. - HS nhắc lại luật chơi, cách chơi. - HS tiến hành chơi trò chơi dưới sự chỉ huy của GV và cán sự. - Chơi trò đúng luật, nhiệt tình, sôi nổi và an toàn.
* Trò chơi “Chân ai khéo” 			
* Vận dụng: - Hs quan sát tranh, ảnh. 	1'	- Gv nêu câu hỏi. + Em hãy cho biết tên động tác và thực hiện động tác?	HS lắng nghe và trả lời, nhận xét – bổ sung, đánh giá bạn.
C. Phần kết thúc:	4-5'		

- Thả lỏng cơ toàn thân. - củng cố hệ thống bài học. - Nhận xét và hướng dẫn ôn tập.		- GV hướng dẫn. - GV cùng HS hệ thống lại bài. - GV nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của HS.	Đội hình thả lỏng. €€€€€€€€ €€€€€€€€ €€€€€€€€ ▲GV●CS - Cán sự điều khiển lớp thả lỏng - HS cùng GV hệ thống lại bài.
--	--	---	--

V. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)

.....

.....

.....