

KHỐI III
CHỦ ĐỀ 2 BÀI TẬP THỂ DỤC

BÀI 2: ĐỘNG TÁC CHÂN VÀ ĐỘNG TÁC VẬN MÌNH (T1,2)

Tiết 40: ÔN 3 ĐỘNG TÁC ĐÃ HỌC

I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

1. Về kiến thức, kĩ năng:

- Nắm được cách thực hiện động tác vươn thở, tay và chân.
- Biết và thực hiện được các động tác theo nhịp hô ở mức cơ bản đúng.
- Nắm được cách chơi 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, quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện và 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 động tác vươn thở, động tác tay và động tác chân của bài thể dục và vận dụng vào tập thể dục hàng ngày để nâng cao sức khỏe.

II. ĐỊA ĐIỂM - PHƯƠNG TIỆN:

- Địa điểm: Nhà đa năng.
- Phương tiện:

+ GV: KHBD

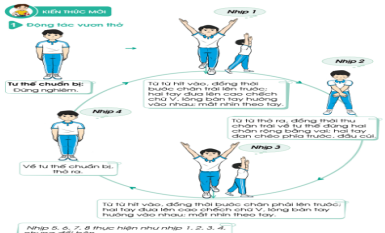
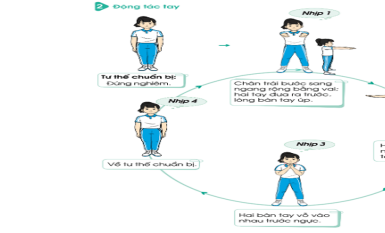
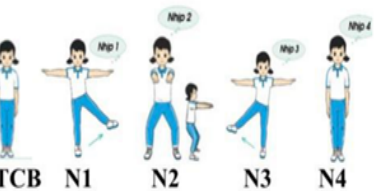
+ HS: Trang phục gọn gàng, giày.

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.

IV. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY - HỌC

Nội dung	ĐL	Hoạt động dạy học	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
A. Phần mở đầu. 1. Nhận lớp.	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:

2. Khởi động: - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... 3. Trò chơi: Làm theo hiệu lệnh 		- 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 3 động tác đã học - Động tác Vươn thở  - Động tác Tay  - Động tác Chân  ITCB N1 N2 N3 N4	23' 6'	- Gv nêu tên động tác, cho HS xem tranh, phân tích động tác nêu ý nghĩa tác dụng của động tác. - Gv làm mẫu động tác, phân tích lại động tác. - Gv hướng dẫn Hs cách hít vào thở ra. - Gv vừa hô nhịp chậm vừa quan sát nhắc nhở Hs hoặc tập cùng với các em. - Gv hô nhịp cho Hs tập toàn bộ động tác .	<i>ĐH Hs quan sát</i> € € € € € € € € € € € € € € € € € € € € € - Hs quan sát Gv hướng dẫn làm mẫu
2. Luyện tập: * Đồng loạt	14-15'	- GV hô nhịp 1 lần và hướng dẫn cán sự hô. - HS tập theo hướng dẫn của GV.	Đội hình tập luyện đồng loạt: € € € € € € € € € € € € € € € € € € € € €

* Nhóm * Nhóm đôi * Thi đua giữa các tổ. *Trò chơi “Đi theo đường thẳng” 		- 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 - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - Tuyên dương tổ tập đều, đúng nhất. - GV nêu tên trò chơi, cùng HS nhắc lại luật chơi, cách chơi. - Cho HS chơi thử. - Tổ chức cho HS chơi. - Quan sát, nhận xét, biểu dương HS thực hiện tốt.	ĐH tập luyện theo nhóm: <pre> € € € € € € € € € € € € € € GV € € € </pre> - ĐH tập luyện theo cặp <pre> € € € € € € € ↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓ € € € € € € € </pre> - 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.
3. Vận dụng: Em cùng gia đình tập luyện các động tác của bài thể dục để nâng cao sức khỏe.	1-2'	- GV hướng dẫn HS tập luyện hàng ngày để nâng cao sức khỏe	- HS tập luyện các động tác thể dục vào buổi sáng hàng ngày.
C. Phần kết thúc: - Thả lỏng cơ toàn thân. - Củng cố hệ thống bài học. - Nhận xét và hướng dẫn ôn tập.	4-5'	- 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. <pre> € € € € € € € € € € € € € € € € € € € € ▲GV●CS </pre> - Cán sự điều khiển lớp thả lỏng - HS cùng GV hệ thống lại bài.

V. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)

.....

.....