

TUẦN 1

GIÁO DỤC THỂ CHẤT (KHỐI 5) – Tiết 1

CHỦ ĐỀ 1: ĐỘI HÌNH ĐỘI NGŨ

Bài 1. Bài tập phối hợp đội hình đội ngũ.

(Tiết 1)

Từ ngày đến ngày tháng năm 2024.

I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

1. Về phẩm chất:

- Học bài tập phối hợp đội hình hàng dọc và quay các hướng. Trò chơi “Ném vòng”. Hs biết khẩu lệnh và cách thức thực hiện động tác để thực hiện nhiệm vụ học tập.
- 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.

2. Về năng lực chung:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước khẩu lệnh, cách thực hiện bài tập phối hợp đội hình hàng dọc và quay các hướng trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Thông qua các hoạt động nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

2.2. 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. Biết điều chỉnh trang phục để thoải mái và tự tin khi vận động, biết điều chỉnh chế độ dinh dưỡng đảm bảo cho cơ thể.
- NL giải quyết vấn đề và sáng tạo: Thông qua việc học tập tích cực, chủ động tiếp nhận kiến thức và tập luyện.
- Tự giác, tích cực trong tập luyện; Yêu nước, chăm chỉ, trách nhiệm và trung thực.

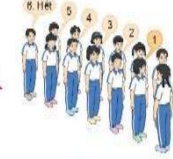
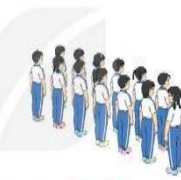
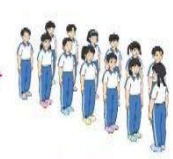
II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

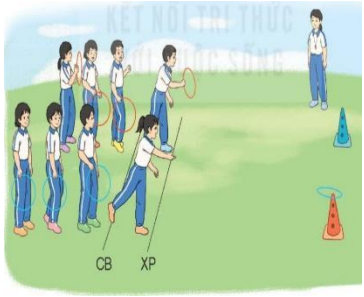
- Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh động tác liên quan đến bài học; trang phục thể thao; còi phục vụ trò chơi.

- Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao, trang phục thể thao

III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Nội dung	LV Đ	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Hoạt động mở đầu	5' – 7'		
1. Nhận lớp		- Nghe cán bộ lớp báo cáo. - Hỏi về sức khỏe của Hs. - Cô trò chúc nhau. - Phổ biến nội dung, nhiệm vụ và yêu cầu giờ học. - GV di chuyển và quan sát, chỉ dẫn cho HS thực hiện.	- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp học cho Gv. GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * *
2. Khởi động	3' - 5'		
- Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân tập.	1-2l		
- Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...	2l x 8n		
3. Trò chơi.	1' - 2'		
- Trò chơi “Con thỏ”		- Gv tổ chức HS chơi trò chơi.	- Hs chơi đúng luật, nhiệt tình sôi nổi và đảm bảo an toàn. 

II. Hoạt động hình thành kiến thức mới: <i>Bài tập phối hợp đội hình hàng dọc và quay các hướng:</i> - TTCB: Đứng tự nhiên. - Cách thực hiện: Nghe và thực hiện lần lượt theo các khẩu lệnh: “Thành 1 (2, 3, 4,...) hàng dọc – Tập hợp!”; “Nhìn trước – Thẳng!”; “Thôi!”; “Từ 1 đến hết – Điểm số!”; “Nghỉ!”; “Ng nghiêm!”; “Bên trái – Quay!”; “Bên phải – Quay!”; “Đằng sau – Quay!”.	5’–7’	- Cho HS quan sát tranh - GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác. - Hô nhịp và thực hiện động tác mẫu, hướng dẫn HS thực hiện đt. - Gv quan sát, uốn nắn và sửa sai cho Hs.	- Hs lắng nghe, tiếp thu và ghi nhớ. - Tập luyện theo sự hướng dẫn của Gv. GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * *  Tập hợp đội hình hàng dọc  Điểm số  Đứng nghỉ  Đứng nghiêm  Quay trái  Quay phải  Quay sau
--	--------------	---	--

III. Hoạt động luyện tập: * Tập bài tập phối hợp đội hình hàng dọc và quay các hướng: - <i>Tập luyện theo tổ nhóm</i> - <i>Thi đua giữa các tổ</i> 2.Trò chơi “Ném vòng” 	10-15' 5-6lần 1lần 1'-3'	- GV tổ chức cho HS luyện tập theo tổ nhóm - Yc tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực quy định. - GV sửa sai - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - 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.	- Hs tiến hành tập luyện theo tổ nhóm dưới sự hướng dẫn của Gv và cán sự lớp:  - Tổ trưởng điều khiển lớp tập luyện - Từng tổ lên thi đua - trình diễn  - Hs nhắc lại luật chơi, cách chơi. - Hs tiến hành chơi trò chơi dưới sự chỉ huy của Gv. - Chơi trò đúng luật, nhiệt tình, sôi nổi và an toàn.
IV. Vận dụng - Thả lỏng cơ toàn thân. - củng cố hệ thống bài học	4' - 6'	- GV hướng dẫn. - Gv cùng hs hệ thống lại bài (đưa câu hỏi).	- HS thực hiện thả lỏng - Hs cùng Gv hệ thống lại bài (HS quan sát SGK (tranh) trả lời)

- Nhận xét và hướng dẫn tập luyện ở nhà.		- Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của Hs. - HD sử dụng SGK để Hs ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	GV * - HS tập chung thực hiện theo hướng dẫn của GV và nhận hướng dẫn tập luyện ở nhà.
--	--	---	---

IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)

.....
.....

TUẦN 1

GIÁO DỤC THỂ CHẤT (KHỐI 5) – Tiết 2

CHỦ ĐỀ 1: ĐỘI HÌNH ĐỘI NGŨ

Bài 1. Bài tập phối hợp đội hình đội ngũ.

(Tiết 2)

Từ ngày đến ngày tháng năm 2024.

I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

1. Về phẩm chất:

- Học bài tập phối hợp đội hình hàng ngang. Trò chơi “Ném vòng”. Hs biết khẩu lệnh và cách thức thực hiện động tác để thực hiện nhiệm vụ học tập.
- 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 chung:

3.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước khẩu lệnh, cách thực hiện bài tập phối hợp đội hình hàng ngang trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Thông qua các hoạt động 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. Biết điều chỉnh trang phục để thoải mái và tự tin khi vận động, biết điều chỉnh chế độ dinh dưỡng đảm bảo cho cơ thể.
- NL giải quyết vấn đề và sáng tạo: Thông qua việc học tập tích cực, chủ động tiếp nhận kiến thức và tập luyện.
- Tự giác, tích cực trong tập luyện; Yêu nước, chăm chỉ, trách nhiệm và trung thực.

II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

- Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh động tác liên quan đến bài học; trang phục thể thao; còi phục vụ trò chơi.

- Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao, trang phục thể thao

III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Nội dung	LV Đ	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Hoạt động mở đầu	5' – 7'		
1. Nhận lớp		- Nghe cán bộ lớp báo cáo. - Hỏi về sức khỏe của Hs. - Cô trò chúc nhau. - Phổ biến nội dung, nhiệm vụ và yêu cầu giờ học. - GV di chuyển và quan sát, chỉ dẫn cho HS thực hiện.	- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp học cho Gv. GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * *
2. Khởi động	3' - 5'		
- Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân tập.	1-2l		- Cán sự điều khiển lớp khởi động.
- Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...	2lx8n		
3. Trò chơi.	1' - 2'		
- Trò chơi “Con thỏ”		- Gv tổ chức HS chơi trò chơi.	- Hs chơi đúng luật, nhiệt tình sôi nổi và đảm bảo an toàn. 

II. Hoạt động hình thành kiến thức mới:

Bài tập phối hợp đội hình hàng ngang:

- TTCB: Đứng tự nhiên.
- Cách thực hiện: Nghe và thực hiện lần lượt theo các khẩu lệnh: “Thành 1 (2, 3, 4,...) hàng ngang – Tập hợp!”; “Nhìn phải – Thẳng!”; “Thôi!”; “Từ 1 đến hết – Điểm số!”; “Bạn A làm chuẩn, cách một sải tay – Dàn hàng!”; “Bạn A làm chuẩn – Dồn hàng!”.

5’-7’

- Cho HS quan sát tranh
- GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kỹ thuật động tác.
- Hô nhịp và thực hiện động tác mẫu, hướng dẫn HS thực hiện đt.
- Gv quan sát, uốn nắn và sửa sai cho Hs.

- Hs lắng nghe, tiếp thu và ghi nhớ.
- Tập luyện theo sự hướng dẫn của Gv.

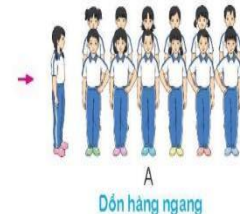
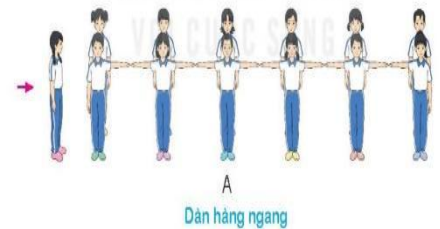
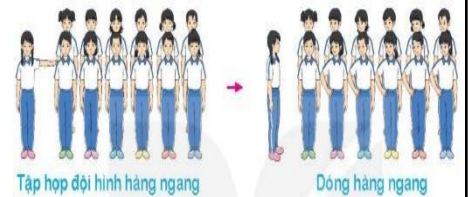
GV

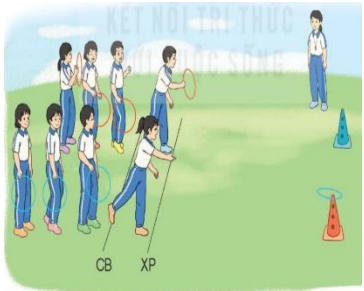
* * * * *

* * * * *

* * * * *

* * * * *



III. Hoạt động luyện tập: * Tập bài tập phối hợp đội hình hàng ngang: - Tập luyện theo tổ nhóm - Thi đua giữa các tổ 2.Trò chơi “Ném vòng” 	10-15' 5-6lần 1lần 1’-3’	- GV tổ chức cho HS luyện tập theo tổ nhóm - Yc tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực quy định. - GV sửa sai - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - 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.	- Hs tiến hành tập luyện theo tổ nhóm dưới sự hướng dẫn của Gv và cán sự lớp:  - Tổ trưởng điều khiển lớp tập luyện - Từng tổ lên thi đua - trình diễn  - Hs nhắc lại luật chơi, cách chơi. - Hs tiến hành chơi trò chơi dưới sự chỉ huy của Gv. - Chơi trò đúng luật, nhiệt tình, sôi nổi và an toàn.
IV. Vận dụng - Thả lỏng cơ toàn thân.	4’- 6’	- GV hướng dẫn. - Gv cùng hs hệ thống lại bài (đưa câu hỏi).	- HS thực hiện thả lỏng

- Củng cố hệ thống bài học - Nhận xét và hướng dẫn tập luyện ở nhà.		- Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của Hs. - HD sử dụng SGK để Hs ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	- Hs cùng Gv hệ thống lại bài (HS quan sát SGK (tranh) trả lời) GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * - HS tập chung thực hiện theo hướng dẫn của GV và nhận hướng dẫn tập luyện ở nhà.
--	--	---	---

IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)

.....

.....

TUẦN 2

GIÁO DỤC THỂ CHẤT (KHỐI 5) – Tiết 3

CHỦ ĐỀ 1: ĐỘI HÌNH ĐỘI NGŨ

Bài 1. Bài tập phối hợp đội hình đội ngũ.

(Tiết 3)

Từ ngày đến ngày tháng năm 2024.

I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

1. Về phẩm chất:

- Ôn bài tập phối hợp đội hình đội ngũ. Trò chơi “Ném vòng”. Hs thực thực hiện được động tác để thực hiện nhiệm vụ học tập.
- 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.

4. Về năng lực chung:

4.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự ôn lại bài tập phối hợp đội hình đội ngũ trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Thông qua các hoạt động nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

4.2. 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. Biết điều chỉnh trang phục để thoải mái và tự tin khi vận động, biết điều chỉnh chế độ dinh dưỡng đảm bảo cho cơ thể.
- NL giải quyết vấn đề và sáng tạo: Thông qua việc học tập tích cực, chủ động tiếp nhận kiến thức và tập luyện.
- Tự giác, tích cực trong tập luyện; Yêu nước, chăm chỉ, trách nhiệm và trung thực.

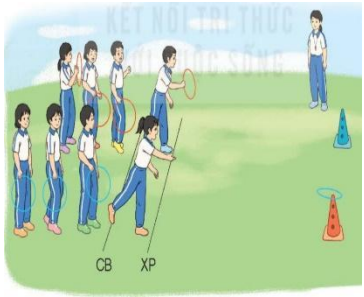
II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

- Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh động tác liên quan đến bài học; trang phục thể thao; còi phục vụ trò chơi.
- Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao, trang phục thể thao

III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Nội dung	LV Đ	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Hoạt động mở đầu	5' – 7'		
1. Nhận lớp		- Nghe cán bộ lớp báo cáo. - Hỏi về sức khỏe của Hs. - Cô trò chúc nhau. - Phổ biến nội dung, nhiệm vụ và yêu cầu giờ học. - GV di chuyển và quan sát, chỉ dẫn cho HS thực hiện.	- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp học cho Gv. GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * *
2. Khởi động	3' - 5'		
- Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân tập.	1-2l		- Cán sự điều khiển lớp khởi động.
- Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...	2lx8n		
3. Trò chơi.	1' - 2'		
- Trò chơi “Con thỏ”		- Gv tổ chức HS chơi trò chơi.	- Hs chơi đúng luật, nhiệt tình sôi nổi và đảm bảo an toàn.

			
II. Hoạt động luyện tập: * Tập bài tập phối hợp đội hình đội ngũ: - Tập luyện theo tổ nhóm - Thi đua giữa các tổ	20-22 5-6lần 1lần	- GV tổ chức cho HS luyện tập theo tổ nhóm - Yc tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực quy định. - GV sửa sai - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.	- Hs tiến hành tập luyện theo tổ nhóm dưới sự hướng dẫn của Gv và cán sự lớp:  - Tổ trưởng điều khiển lớp tập luyện - Từng tổ lên thi đua - trình diễn  - Hs nhắc lại luật chơi, cách chơi. - Hs tiến hành chơi trò chơi dưới sự chỉ huy của Gv.
2.Trò chơi “Ném vòng”	1’–3’	- GV nêu tên trò chơi, phổ biến luật chơi, cách chơi. - Cùng hs nhắc lại luật chơi và cách chơi.	- Hs nhắc lại luật chơi, cách chơi. - Hs tiến hành chơi trò chơi dưới sự chỉ huy của Gv.

		- Cho Hs chơi thử. - Tổ chức cho Hs chơi.	- Chơi trò đúng luật, nhiệt tình, sôi nổi và an toàn.
IV. Vận dụng - Thả lỏng cơ toàn thân. - củng cố hệ thống bài học - Nhận xét và hướng dẫn tập luyện ở nhà.	4' - 6'	- GV hướng dẫn. - Gv cùng hs hệ thống lại bài (đưa câu hỏi). - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của Hs. - HD sử dụng SGK để Hs ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	- HS thực hiện thả lỏng - Hs cùng Gv hệ thống lại bài (HS quan sát SGK (tranh) trả lời) GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * - HS tập chung thực hiện theo hướng dẫn của GV và nhận hướng dẫn tập luyện ở nhà.

IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)

.....

.....

TUẦN 2

GIÁO DỤC THỂ CHẤT (KHỐI 5) – Tiết 4

CHỦ ĐỀ 1: ĐỘI HÌNH ĐỘI NGŨ

Bài 1. Bài tập phối hợp đội hình đội ngũ.

(Tiết 4)

Từ ngày đến ngày tháng năm 2024.

I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

1. Về phẩm chất:

- Ôn bài tập phối hợp đội hình đội ngũ. Trò chơi “Ném vòng”. Hs thực thực hiện được động tác để thực hiện nhiệm vụ học tập.
- 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.

5. Về năng lực chung:

5.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự ôn lại bài tập phối hợp đội hình đội ngũ ở nhà.
- Giao tiếp và hợp tác: Thông qua các hoạt động nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

5.2. 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. Biết điều chỉnh trang phục để thoải mái và tự tin khi vận động, biết điều chỉnh chế độ dinh dưỡng đảm bảo cho cơ thể.
- NL giải quyết vấn đề và sáng tạo: Thông qua việc học tập tích cực, chủ động tiếp nhận kiến thức và tập luyện.
- Tự giác, tích cực trong tập luyện; Yêu nước, chăm chỉ, trách nhiệm và trung thực.

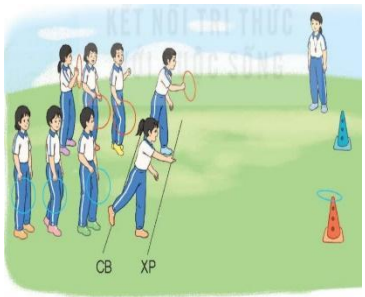
II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

- Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh động tác liên quan đến bài học; trang phục thể thao; còi phục vụ trò chơi.
- Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao, trang phục thể thao

III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Nội dung	LV Đ	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Hoạt động mở đầu	5' – 7'		
1. Nhận lớp		- Nghe cán bộ lớp báo cáo. - Hỏi về sức khỏe của Hs. - Cô trò chúc nhau. - Phổ biến nội dung, nhiệm vụ và yêu cầu giờ học. - GV di chuyển và quan sát, chỉ dẫn cho HS thực hiện.	- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp học cho Gv. GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * *
2. Khởi động	3' - 5'		
- Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân tập.	1-2l		- Cán sự điều khiển lớp khởi động.
- Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...	2l x 8n		

3. Trò chơi. - Trò chơi “<i>Con thỏ</i>”	1’ - 2’	- Gv tổ chức HS chơi trò chơi.	- Hs chơi đúng luật, nhiệt tình sôi nổi và đảm bảo an toàn. 
II. Hoạt động luyện tập: * Tập bài tập phối hợp đội hình đội ngũ: - <i>Tập luyện theo tổ nhóm</i> - <i>Thi đua giữa các tổ</i>	20-22 5-6lần 1lần 1’-3’	- GV tổ chức cho HS luyện tập theo tổ nhóm - Yc tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực quy định. - GV sửa sai - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.	- Hs tiến hành tập luyện theo tổ nhóm dưới sự hướng dẫn của Gv và cán sự lớp:  - Tổ trưởng điều khiển lớp tập luyện - Từng tổ lên thi đua - trình diễn 

2.Trò chơi “Ném vòng” 		- 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.	- Hs nhắc lại luật chơi, cách chơi. - Hs tiến hành chơi trò chơi dưới sự chỉ huy của Gv. - Chơi trò đúng luật, nhiệt tình, sôi nổi và an toàn.
IV. Vận dụng - Thả lỏng cơ toàn thân. - củng cố hệ thống bài học - Nhận xét và hướng dẫn tập luyện ở nhà.	4’- 6’	- GV hướng dẫn. - Gv cùng hs hệ thống lại bài (đưa câu hỏi). - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của Hs. - HD sử dụng SGK để Hs ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	- HS thực hiện thả lỏng - Hs cùng Gv hệ thống lại bài (HS quan sát SGK (tranh) trả lời) GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * - HS tập chung thực hiện theo hướng dẫn của GV và nhận hướng dẫn tập luyện ở nhà.

IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)

.....

.....

TUẦN 3

GIÁO DỤC THỂ CHẤT (KHỐI 5) – Tiết 5

CHỦ ĐỀ 1: ĐỘI HÌNH ĐỘI NGŨ

Bài 1. Bài tập phối hợp đội hình đội ngũ.

(Tiết 5)

Từ ngày đến ngày tháng năm 2024.

I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

1. Về phẩm chất:

- Ôn bài tập phối hợp đội hình đội ngũ. Hs thực thực hiện đúng động tác để thực hiện nhiệm vụ học tập.
- 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.

6. Về năng lực chung:

6.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự ôn lại bài tập phối hợp đội hình đội ngũ ở nhà.
- Giao tiếp và hợp tác: Thông qua các hoạt động nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

6.2. 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. Biết điều chỉnh trang phục để thoải mái và tự tin khi vận động, biết điều chỉnh chế độ dinh dưỡng đảm bảo cho cơ thể.
- NL giải quyết vấn đề và sáng tạo: Thông qua việc học tập tích cực, chủ động tiếp nhận kiến thức và tập luyện.
- Tự giác, tích cực trong tập luyện; Yêu nước, chăm chỉ, trách nhiệm và trung thực.

II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

- Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh động tác liên quan đến bài học; trang phục thể thao; còi phục vụ trò chơi.
- Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao, trang phục thể thao

III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Nội dung	LV Đ	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Hoạt động mở đầu	5' – 7'		
1. Nhận lớp		- Nghe cán bộ lớp báo cáo. - Hỏi về sức khỏe của Hs. - Cô trò chúc nhau. - Phổ biến nội dung, nhiệm vụ và yêu cầu giờ học. - GV di chuyển và quan sát, chỉ dẫn cho HS thực hiện.	- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp học cho Gv. GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * *
2. Khởi động	3' - 5'		
- Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân tập.	1-2l		- Cán sự điều khiển lớp khởi động.
- Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...	2l x 8n		

3. Trò chơi. - Trò chơi “<i>Con thỏ</i>”	1’ - 2’	- Gv tổ chức HS chơi trò chơi.	- Hs chơi đúng luật, nhiệt tình sôi nổi và đảm bảo an toàn. 
II. Hoạt động luyện tập: * Tập bài tập phối hợp đội hình đội ngũ: - <i>Tập luyện theo tổ nhóm</i> - <i>Thi đua giữa các tổ</i>	20-22 5-6lần 1lần	- GV tổ chức cho HS luyện tập theo tổ nhóm - Yc tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực quy định. - GV sửa sai - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.	- Hs tiến hành tập luyện theo tổ nhóm dưới sự hướng dẫn của Gv và cán sự lớp:  - Tổ trưởng điều khiển lớp tập luyện - Từng tổ lên thi đua - trình diễn 
IV. Vận dụng	4’ - 6’	- GV hướng dẫn.	- HS thực hiện thả lỏng

- Thả lỏng cơ toàn thân. - củng cố hệ thống bài học - Nhận xét và hướng dẫn tập luyện ở nhà.		- Gv cùng hs hệ thống lại bài (đưa câu hỏi). - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của Hs. - HD sử dụng SGK để Hs ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	- Hs cùng Gv hệ thống lại bài (HS quan sát SGK (tranh) trả lời) GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * - HS tập chung thực hiện theo hướng dẫn của GV và nhận hướng dẫn tập luyện ở nhà.
--	--	---	---

IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)

.....

.....

TUẦN 3

GIÁO DỤC THỂ CHẤT (KHỐI 5) – Tiết 6

CHỦ ĐỀ 1: ĐỘI HÌNH ĐỘI NGŨ

Bài 2: Bài tập phối hợp biến đổi đội hình

(Tiết 1)

Từ ngày đến ngày tháng năm 2024.

I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

1. Về phẩm chất:

- Học bài tập phối hợp biến đổi hình hàng dọc – vòng tròn – hàng ngang và ngược lại. Trò chơi “ Đội nào nhanh hơn”. Hs biết khẩu lệnh và cách thức thực hiện động tác để thực hiện nhiệm vụ học tập.
- 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.

Về năng lực chung:

Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước khẩu lệnh, cách thực hiện bài tập phối hợp biến đổi hình hàng dọc – vòng tròn – hàng ngang và ngược lại trong sách giáo khoa.

- Giao tiếp và hợp tác: Thông qua các hoạt động nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

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. Biết điều chỉnh trang phục để thoải mái và tự tin khi vận động, biết điều chỉnh chế độ dinh dưỡng đảm bảo cho cơ thể.
- NL giải quyết vấn đề và sáng tạo: Thông qua việc học tập tích cực, chủ động tiếp nhận kiến thức và tập luyện.
- Tự giác, tích cực trong tập luyện; Yêu nước, chăm chỉ, trách nhiệm và trung thực.

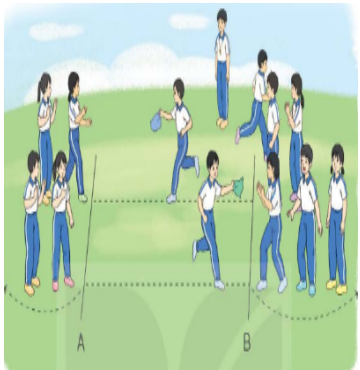
II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

- Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh động tác liên quan đến bài học; trang phục thể thao; còi phục vụ trò chơi.
- Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao, trang phục thể thao

III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Nội dung	LV Đ	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Hoạt động mở đầu	5' – 7'		
1. Nhận lớp		- Nghe cán bộ lớp báo cáo. - Hỏi về sức khỏe của Hs. - Cô trò chúc nhau. - Phổ biến nội dung, nhiệm vụ và yêu cầu giờ học. - GV di chuyển và quan sát, chỉ dẫn cho HS thực hiện.	- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp học cho Gv. GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * *
2. Khởi động	3' - 5'		
- Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân tập.	1-21		- Cán sự điều khiển lớp khởi động.

- Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... 3. Trò chơi. - Trò chơi “<i>Cá bơi, cá nhảy</i>”	2lx8n 1’- 2’	- Gv tổ chức HS chơi trò chơi.	- Hs chơi đúng luật, nhiệt tình sôi nổi và đảm bảo an toàn. 
II. Hoạt động hình thành kiến thức mới: <i>Bài tập phối hợp biến đổi hình hàng dọc – vòng tròn – hàng ngang và ngược lại:</i> - TTCB: Tập hợp đội hình hàng dọc. - Cách thực hiện: Từ TTCB, nghe và thực hiện lần lượt theo các khẩu lệnh: “Thành vòng tròn đi thường (chạy thường) – Bước (Chạy)!”; “Đứng lại – Đứng!”; "Thành 1 (2, 3, 4,...) hàng ngang đi	5’-7’	- Cho HS quan sát tranh - GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kỹ thuật động tác. - Hô nhịp và thực hiện động tác mẫu, hướng dẫn Hs thực hiện đt. - Gv quan sát, uốn nắn và sửa sai cho Hs.	- Hs lắng nghe, tiếp thu và ghi nhớ. - Tập luyện theo sự hướng dẫn của Gv. GV <pre> * </pre>

- Tập luyện đồng loạt	3 lần	- GV tổ chức cho HS tập luyện đồng loạt - GV sửa sai	- Tổ trưởng điều khiển lớp tập luyện - Hs tiến hành tập luyện đồng loạt dưới sự hướng dẫn của Gv: 
- Thi đua giữa các tổ 2.Trò chơi “Đội nào nhanh hơn” 	1 lần 1’-3’	- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - 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.	- Từng tổ lên thi đua - trình diễn  - Hs nhắc lại luật chơi, cách chơi. - Hs tiến hành chơi trò chơi dưới sự chỉ huy của Gv. - Chơi trò đúng luật, nhiệt tình, sôi nổi và an toàn.
IV. Vận dụng - Thả lỏng cơ toàn thân.	4’- 6’	- GV hướng dẫn. - Gv cùng hs hệ thống lại bài (đưa câu hỏi).	- HS thực hiện thả lỏng

- Củng cố hệ thống bài học - Nhận xét và hướng dẫn tập luyện ở nhà.		- Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của Hs. - HD sử dụng SGK để Hs ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	- Hs cùng Gv hệ thống lại bài (HS quan sát SGK (tranh) trả lời) GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * - HS tập chung thực hiện theo hướng dẫn của GV và nhận hướng dẫn tập luyện ở nhà.
--	--	---	---

IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)

.....

TUẦN 4 **GIÁO DỤC THỂ CHẤT (KHỐI 5) – Tiết 7**
CHỦ ĐỀ 1: ĐỘI HÌNH ĐỘI NGŨ
Bài 2: Bài tập phối hợp biến đổi đội hình
(Tiết 2)
Từ ngày đến ngày tháng năm 2024.

I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

1. Về phẩm chất:

- Ôn bài tập phối hợp biến đổi hình hàng dọc – vòng tròn – hàng ngang và ngược lại. Hs thực hiện được động tác để thực hiện nhiệm vụ học tập.
- 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.

Về năng lực chung:

Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự ôn lại bài tập phối hợp biến đổi hình hàng dọc – vòng tròn – hàng ngang và ngược lại ở nhà
- Giao tiếp và hợp tác: Thông qua các hoạt động nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

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. Biết điều chỉnh trang phục để thoải mái và tự tin khi vận động, biết điều chỉnh chế độ dinh dưỡng đảm bảo cho cơ thể.
- NL giải quyết vấn đề và sáng tạo: Thông qua việc học tập tích cực, chủ động tiếp nhận kiến thức và tập luyện.
- Tự giác, tích cực trong tập luyện; Yêu nước, chăm chỉ, trách nhiệm và trung thực.

II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

- Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh động tác liên quan đến bài học; trang phục thể thao; còi phục vụ trò chơi.
- Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao, trang phục thể thao

III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Nội dung	LV Đ	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Hoạt động mở đầu 1. Nhận lớp	5' – 7'	- Nghe cán bộ lớp báo cáo. - Hỏi về sức khỏe của Hs. - Cô trò chúc nhau. - Phổ biến nội dung, nhiệm vụ và yêu cầu giờ học.	- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp học cho Gv. GV * * * * * * * * * * * * * * *

2. Khởi động - Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân tập. - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... 3. Trò chơi. - Trò chơi “<i>Cá bơi, cá nhảy</i>”	3’- 5’ 1-2l 2lx8n 1’- 2’	- GV di chuyển và quan sát, chỉ dẫn cho HS thực hiện. - Gv tổ chức HS chơi trò chơi.	* * * * * - Cán sự điều khiển lớp khởi động. - Hs chơi đúng luật, nhiệt tình sôi nổi và đảm bảo an toàn. 
---	--	---	---

- Thi đua giữa các tổ	1lần	- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.	     
IV. Vận dụng - Thả lỏng cơ toàn thân. - củng cố hệ thống bài học - Nhận xét và hướng dẫn tập luyện ở nhà.	4' - 6'	- GV hướng dẫn. - Gv cùng hs hệ thống lại bài (đưa câu hỏi). - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của Hs. - HD sử dụng SGK để Hs ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	- HS thực hiện thả lỏng - Hs cùng Gv hệ thống lại bài (HS quan sát SGK (tranh) trả lời) GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * - HS tập chung thực hiện theo hướng dẫn của GV và nhận hướng dẫn tập luyện ở nhà.

IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)

.....

TUẦN 4

GIÁO DỤC THỂ CHẤT (KHỐI 5) – Tiết 8

CHỦ ĐỀ 1: ĐỘI HÌNH ĐỘI NGŨ

Bài 2: Bài tập phối hợp biến đổi đội hình

(Tiết 3)

Từ ngày đến ngày tháng năm 2024.

I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

1. Về phẩm chất:

- Học bài tập phối hợp biến đổi hình một hàng dọc - hai hàng dọc - một hàng dọc - một vòng tròn - hai vòng tròn và ngược lại. Trò chơi “ Đội nào nhanh hơn”. Hs biết khẩu lệnh và cách thức thực hiện động tác để thực hiện nhiệm vụ học tập.
- 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.

7. Về năng lực chung:

7.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước khẩu lệnh, cách thực hiện bài tập phối hợp biến đổi hình một hàng dọc - hai hàng dọc - một hàng dọc - một vòng tròn - hai vòng tròn và ngược lại trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Thông qua các hoạt động nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

7.2. 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. Biết điều chỉnh trang phục để thoải mái và tự tin khi vận động, biết điều chỉnh chế độ dinh dưỡng đảm bảo cho cơ thể.
- NL giải quyết vấn đề và sáng tạo: Thông qua việc học tập tích cực, chủ động tiếp nhận kiến thức và tập luyện.
- Tự giác, tích cực trong tập luyện; Yêu nước, chăm chỉ, trách nhiệm và trung thực.

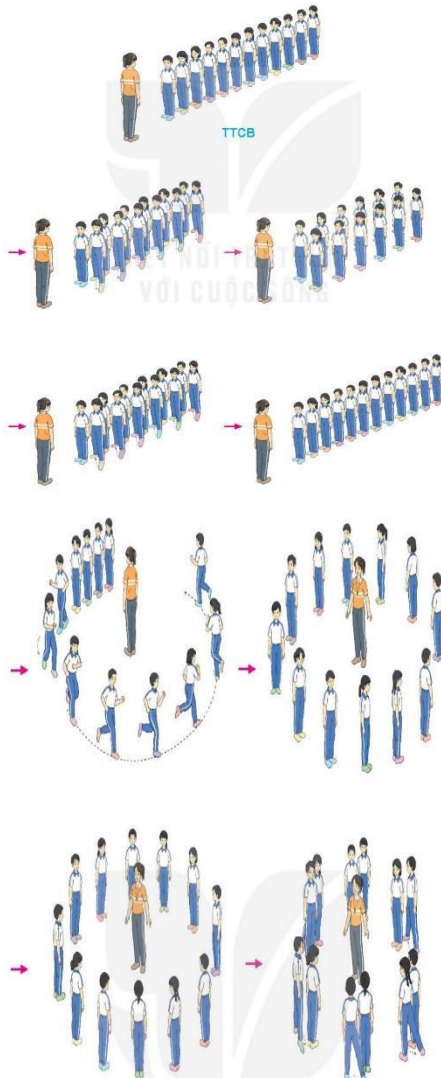
II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

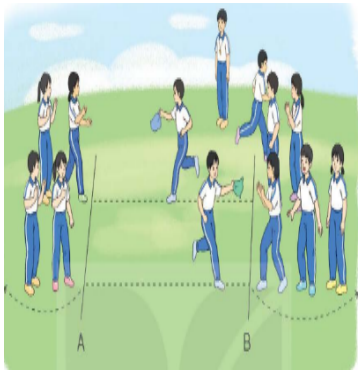
- Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh động tác liên quan đến bài học; trang phục thể thao; còi phục vụ trò chơi.

- Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao, trang phục thể thao

III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Nội dung	LV Đ	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Hoạt động mở đầu	5' – 7'		
1. Nhận lớp		- Nghe cán bộ lớp báo cáo. - Hỏi về sức khỏe của Hs. - Cô trò chúc nhau. - Phổ biến nội dung, nhiệm vụ và yêu cầu giờ học. - GV di chuyển và quan sát, chỉ dẫn cho HS thực hiện.	- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp học cho Gv. GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * *
2. Khởi động	3' - 5'		
- Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân tập.	1-2l		- Cán sự điều khiển lớp khởi động.
- Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...	2l x 8n		- Hs chơi đúng luật, nhiệt tình sôi nổi và đảm bảo an toàn.
3. Trò chơi.	1' - 2'		
- Trò chơi “Cá bơi, cá nhảy”			

II. Hoạt động hình thành kiến thức mới: <i>Bài phối hợp biến đổi hình một hàng dọc - hai hàng dọc - một hàng dọc - một vòng tròn - hai vòng tròn và ngược lại:</i> - TTCB: Tập hợp đội hình 1 hàng dọc, điểm số theo chu kì 1, 2. - Cách thực hiện: Từ TTCB, nghe và thực hiện lần lượt theo các khẩu lệnh: “Thành 2 hàng dọc – Bước!”; “Về vị trí cũ – Bước!”; “Thành 1 vòng tròn đi thường (chạy thường) – Bước (Chạy)!”; “Đứng lại – Đứng!”; “Bên trái – Quay!”; “Thành 2 vòng tròn – Bước!”.	5’-7’	- Cho HS quan sát tranh - GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác. - Hô nhịp và thực hiện động tác mẫu, hướng dẫn HS thực hiện đt. - Gv quan sát, uốn nắn và sửa sai cho Hs.	- Hs lắng nghe, tiếp thu và ghi nhớ. - Tập luyện theo sự hướng dẫn của Gv. GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * 
---	--------------	---	--

- Thi đua giữa các tổ	1lần	- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.	 - Hs nhắc lại luật chơi, cách chơi.
2.Trò chơi “Đội nào nhanh hơn” 	1’–3’	- 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.	- Hs tiến hành chơi trò chơi dưới sự chỉ huy của Gv. - Chơi trò đúng luật, nhiệt tình, sôi nổi và an toàn.
IV. Vận dụng - Thả lỏng cơ toàn thân. - Cùng cố hệ thống bài học - Nhận xét và hướng dẫn tập luyện ở nhà.	4’ - 6’	- GV hướng dẫn. - Gv cùng hs hệ thống lại bài (đưa câu hỏi). - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của Hs. - HD sử dụng SGK để Hs ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	- HS thực hiện thả lỏng - Hs cùng Gv hệ thống lại bài (HS quan sát SGK (tranh) trả lời) GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * - HS tập chung thực hiện theo hướng dẫn của GV và nhận hướng dẫn tập luyện ở nhà.

IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)

.....

TUẦN 5

GIÁO DỤC THỂ CHẤT (KHỐI 5) – Tiết 9

CHỦ ĐỀ 1: ĐỘI HÌNH ĐỘI NGŨ

Bài 2: Bài tập phối hợp biến đổi đội hình

(Tiết 4)

Từ ngày đến ngày tháng năm 2024.

I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

1. Về phẩm chất:

- Ôn bài tập phối hợp biến đổi hình một hàng dọc - hai hàng dọc - một hàng dọc - một vòng tròn - hai vòng tròn và ngược lại. Hs thực hiện được động tác để thực hiện nhiệm vụ học tập.
- 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.

8. Về năng lực chung:

8.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự ôn lại bài tập phối hợp biến đổi hình một hàng dọc - hai hàng dọc - một hàng dọc - một vòng tròn - hai vòng tròn và ngược lại ở nhà
- Giao tiếp và hợp tác: Thông qua các hoạt động nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

8.2. 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. Biết điều chỉnh trang phục để thoải mái và tự tin khi vận động, biết điều chỉnh chế độ dinh dưỡng đảm bảo cho cơ thể.
- NL giải quyết vấn đề và sáng tạo: Thông qua việc học tập tích cực, chủ động tiếp nhận kiến thức và tập luyện.
- Tự giác, tích cực trong tập luyện; Yêu nước, chăm chỉ, trách nhiệm và trung thực.

II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

- Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh động tác liên quan đến bài học; trang phục thể thao; còi phục vụ trò chơi.
- Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao, trang phục thể thao

III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Nội dung	LV Đ	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Hoạt động mở đầu 1. Nhận lớp	5' – 7'	- Nghe cán bộ lớp báo cáo. - Hỏi về sức khỏe của Hs. - Cô trò chúc nhau. - Phổ biến nội dung, nhiệm vụ và yêu cầu giờ học. - GV di chuyển và quan sát, chỉ dẫn cho HS thực hiện.	- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp học cho Gv. GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * *
2. Khởi động - Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân tập. - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...	3' - 5' 1-2l 2l x 8n	- Gv tổ chức HS chơi trò chơi.	- Cán sự điều khiển lớp khởi động. - Hs chơi đúng luật, nhiệt tình sôi nổi và đảm bảo an toàn.
3. Trò chơi. - Trò chơi “Cá bơi, cá nhảy”	1' - 2'		

- Thi đua giữa các tổ	1lần	- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.	
IV. Vận dụng - Thả lỏng cơ toàn thân. - củng cố hệ thống bài học - Nhận xét và hướng dẫn tập luyện ở nhà.	4' - 6'	- GV hướng dẫn. - Gv cùng hs hệ thống lại bài (đưa câu hỏi). - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của Hs. - HD sử dụng SGK để Hs ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	- HS thực hiện thả lỏng - Hs cùng Gv hệ thống lại bài (HS quan sát SGK (tranh) trả lời) GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * - HS tập chung thực hiện theo hướng dẫn của GV và nhận hướng dẫn tập luyện ở nhà.

IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)

.....

TUẦN 5

GIÁO DỤC THỂ CHẤT (KHỐI 5) – Tiết 10

CHỦ ĐỀ 1: ĐỘI HÌNH ĐỘI NGŨ

Bài 2: Bài tập phối hợp biến đổi đội hình

(Tiết 5)

Từ ngày đến ngày tháng năm 2024.

I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

1. Về phẩm chất:

- Học bài tập phối hợp biến đổi hình một hàng ngang – ba hàng ngang – một vòng tròn và ngược lại. Trò chơi “ Đội nào nhanh hơn”. Hs biết khẩu lệnh và cách thức thực hiện động tác để thực hiện nhiệm vụ học tập.
- 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.

9. Về năng lực chung:

9.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước khẩu lệnh, cách thực hiện bài tập phối hợp biến đổi hình một hàng ngang – ba hàng ngang – một vòng tròn và ngược lại trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Thông qua các hoạt động nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

9.2. 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. Biết điều chỉnh trang phục để thoải mái và tự tin khi vận động, biết điều chỉnh chế độ dinh dưỡng đảm bảo cho cơ thể.
- NL giải quyết vấn đề và sáng tạo: Thông qua việc học tập tích cực, chủ động tiếp nhận kiến thức và tập luyện.
- Tự giác, tích cực trong tập luyện; Yêu nước, chăm chỉ, trách nhiệm và trung thực.

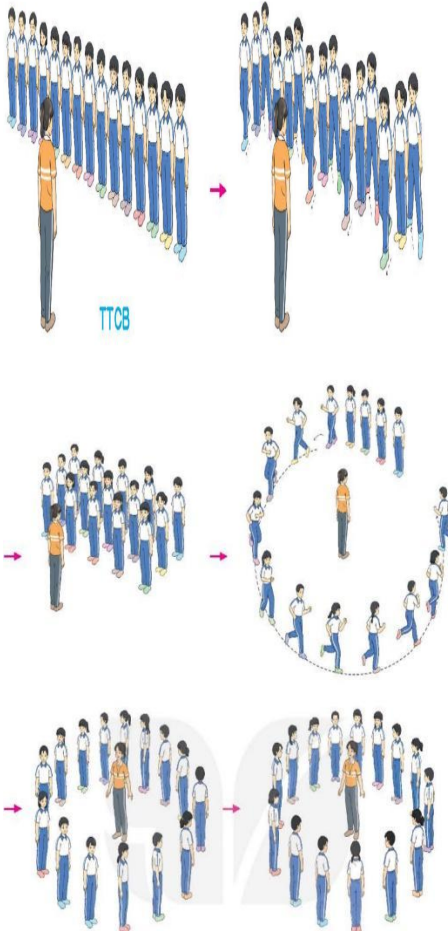
II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

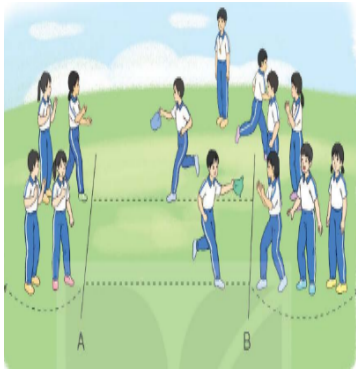
- Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh động tác liên quan đến bài học; trang phục thể thao; còi phục vụ trò chơi.

- Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao, trang phục thể thao

III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Nội dung	LV Đ	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Hoạt động mở đầu	5' – 7'		
1. Nhận lớp		- Nghe cán bộ lớp báo cáo. - Hỏi về sức khỏe của Hs. - Cô trò chúc nhau. - Phổ biến nội dung, nhiệm vụ và yêu cầu giờ học. - GV di chuyển và quan sát, chỉ dẫn cho HS thực hiện.	- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp học cho Gv. GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * *
2. Khởi động	3' - 5'		
- Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân tập.	1-2l		- Cán sự điều khiển lớp khởi động.
- Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...	2l x 8n		- Hs chơi đúng luật, nhiệt tình sôi nổi và đảm bảo an toàn.
3. Trò chơi.	1' - 2'		
- Trò chơi “Cá bơi, cá nhảy”			

II. Hoạt động hình thành kiến thức mới: <i>Bài tập phối hợp biến đổi hình một hàng ngang – ba hàng ngang – một vòng tròn và ngược lại:</i> - TTCB: Tập hợp đội hình 1 hàng ngang, điểm số theo chu kì 1, 2, 3. - Cách thực hiện: Từ TTCB, nghe và thực hiện lần lượt theo các khẩu lệnh: “Thành 3 hàng ngang – Bước!”; “Thành 1 vòng tròn đi thường (chạy thường) – Bước (Chạy)!”; “Đứng lại – Đứng!”; “Bên trái – Quay!”.	5’–7’	- Cho HS quan sát tranh - GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác. - Hô nhịp và thực hiện động tác mẫu, hướng dẫn HS thực hiện đt. - Gv quan sát, uốn nắn và sửa sai cho Hs.	- Hs lắng nghe, tiếp thu và ghi nhớ. - Tập luyện theo sự hướng dẫn của Gv. GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * 
---	--------------	---	--

- Thi đua giữa các tổ	1 lần	- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.	
2.Trò chơi “Đội nào nhanh hơn” 	1’–3’	- 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.	- Hs nhắc lại luật chơi, cách chơi. - Hs tiến hành chơi trò chơi dưới sự chỉ huy của Gv. - Chơi trò đúng luật, nhiệt tình, sôi nổi và an toàn.
IV. Vận dụng - Thả lỏng cơ toàn thân. - Cùng cố hệ thống bài học - Nhận xét và hướng dẫn tập luyện ở nhà.	4’ - 6’	- GV hướng dẫn. - Gv cùng hs hệ thống lại bài (đưa câu hỏi). - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của Hs. - HD sử dụng SGK để Hs ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	- HS thực hiện thả lỏng - Hs cùng Gv hệ thống lại bài (HS quan sát SGK (tranh) trả lời) GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * - HS tập chung thực hiện theo hướng dẫn của GV và nhận hướng dẫn tập luyện ở nhà.

IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)

.....

TUẦN 6

GIÁO DỤC THỂ CHẤT (KHỐI 5) – Tiết 11

CHỦ ĐỀ 1: ĐỘI HÌNH ĐỘI NGŨ

Bài 2: Bài tập phối hợp biến đổi đội hình

(Tiết 6)

Từ ngày đến ngày tháng năm 2024.

I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

1. Về phẩm chất:

- Ôn bài tập phối hợp biến đổi hình một hàng ngang – ba hàng ngang – một vòng tròn và ngược lại. Hs biết khẩu lệnh và cách thức thực hiện động tác để thực hiện nhiệm vụ học tập.
- 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.

10. Về năng lực chung:

10.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự ôn lại bài tập phối hợp biến đổi hình một hàng ngang – ba hàng ngang – một vòng tròn và ngược lại ở nhà.
- Giao tiếp và hợp tác: Thông qua các hoạt động nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

10.2. 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. Biết điều chỉnh trang phục để thoải mái và tự tin khi vận động, biết điều chỉnh chế độ dinh dưỡng đảm bảo cho cơ thể.
- NL giải quyết vấn đề và sáng tạo: Thông qua việc học tập tích cực, chủ động tiếp nhận kiến thức và tập luyện.
- Tự giác, tích cực trong tập luyện; Yêu nước, chăm chỉ, trách nhiệm và trung thực.

II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

- Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh động tác liên quan đến bài học; trang phục thể thao; còi phục vụ trò chơi.
- Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao, trang phục thể thao

III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Nội dung	LV Đ	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Hoạt động mở đầu	5' – 7'		
1. Nhận lớp		- Nghe cán bộ lớp báo cáo. - Hỏi về sức khỏe của Hs. - Cô trò chúc nhau. - Phổ biến nội dung, nhiệm vụ và yêu cầu giờ học. - GV di chuyển và quan sát, chỉ dẫn cho HS thực hiện.	- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp học cho Gv. GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * *
2. Khởi động	3' - 5'		
- Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân tập.	1-2l		- Cán sự điều khiển lớp khởi động.
- Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...	2l x 8n		- Hs chơi đúng luật, nhiệt tình sôi nổi và đảm bảo an toàn.
3. Trò chơi.	1' - 2'		
- Trò chơi “Cá bơi, cá nhảy”			

- Thi đua giữa các tổ	1lần	- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.	
IV. Vận dụng - Thả lỏng cơ toàn thân. - củng cố hệ thống bài học - Nhận xét và hướng dẫn tập luyện ở nhà.	4' - 6'	- GV hướng dẫn. - Gv cùng hs hệ thống lại bài (đưa câu hỏi). - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của Hs. - HD sử dụng SGK để Hs ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	- HS thực hiện thả lỏng - Hs cùng Gv hệ thống lại bài (HS quan sát SGK (tranh) trả lời) GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * - HS tập chung thực hiện theo hướng dẫn của GV và nhận hướng dẫn tập luyện ở nhà.

IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)

.....

TUẦN 6

GIÁO DỤC THỂ CHẤT (KHỐI 5) – Tiết 12

CHỦ ĐỀ 1: ĐỘI HÌNH ĐỘI NGŨ

Bài 3: Bài tập phối hợp đi đều vòng các hướng

(Tiết 1)

Từ ngày đến ngày tháng năm 2024.

I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

1. Về phẩm chất:

- Học bài tập phối hợp đi đều vòng các hướng. Trò chơi “Nhảy ô tiếp sức”. Hs biết khẩu lệnh và cách thức thực hiện động tác để thực hiện nhiệm vụ học tập.
- 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.

11. Về năng lực chung:

11.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước khẩu lệnh, cách thực hiện bài tập phối hợp đi đều vòng các hướng trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Thông qua các hoạt động nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

11.2. 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. Biết điều chỉnh trang phục để thoải mái và tự tin khi vận động, biết điều chỉnh chế độ dinh dưỡng đảm bảo cho cơ thể.
- NL giải quyết vấn đề và sáng tạo: Thông qua việc học tập tích cực, chủ động tiếp nhận kiến thức và tập luyện.
- Tự giác, tích cực trong tập luyện; Yêu nước, chăm chỉ, trách nhiệm và trung thực.

II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

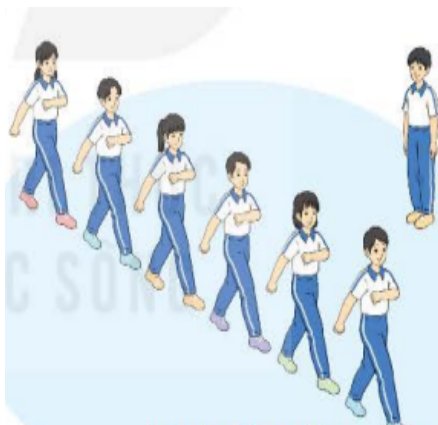
- Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh động tác liên quan đến bài học; trang phục thể thao; còi phục vụ trò chơi.
- Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao, trang phục thể thao

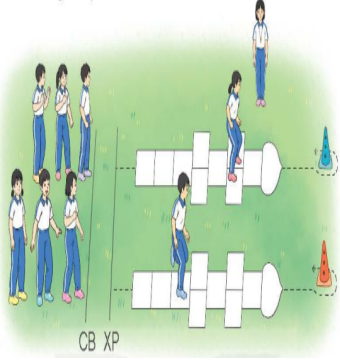
III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Nội dung	LV Đ	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Hoạt động mở đầu	5' – 7'		
1. Nhận lớp		- Nghe cán bộ lớp báo cáo. - Hỏi về sức khỏe của Hs. - Cô trò chúc nhau. - Phổ biến nội dung, nhiệm vụ và yêu cầu giờ học. - GV di chuyển và quan sát, chỉ dẫn cho HS thực hiện.	- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp học cho Gv. GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * *
2. Khởi động	3' - 5'		
- Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân tập.	1-2l		- Cán sự điều khiển lớp khởi động.
- Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...	2l x 8n		
3. Trò chơi.	1' - 2'		
- Trò chơi “ <i>Cây sen</i> ”		- Gv tổ chức HS chơi trò chơi.	- Hs chơi đúng luật, nhiệt tình sôi nổi và đảm bảo an toàn.



II. Hoạt động hình thành kiến thức mới: <i>Bài tập phối hợp đi đều vòng các hướng:</i> - TTCB: Tập hợp đội hình hàng dọc. - Cách thực hiện: Từ TTCB, nghe và thực hiện lần lượt theo các khẩu lệnh: “Đi đều – Bước!”; “Vòng bên phải – Bước!”; “Vòng bên trái – Bước!”; “Đứng lại – Đứng!”.	5’–7’	- Cho HS quan sát tranh - GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kỹ thuật động tác. - Hô nhịp và thực hiện động tác mẫu, hướng dẫn Hs thực hiện đi. - Gv quan sát, uốn nắn và sửa sai cho Hs.	- Hs lắng nghe, tiếp thu và ghi nhớ. - Tập luyện theo sự hướng dẫn của Gv. GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * 
--	--------------	---	--

III. Hoạt động luyện tập: * Tập bài tập phối hợp đi đều vòng các hướng: - <i>Tập luyện theo tổ nhóm</i>	10-15' 3lần	- GV tổ chức cho HS luyện tập theo tổ nhóm - Yc tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực quy định. - GV sửa sai	- Hs tiến hành tập luyện theo tổ nhóm dưới sự hướng dẫn của Gv và cán sự lớp:  Luyện tập nhóm
- <i>Tập luyện đồng loạt</i>	3lần	- GV tổ chức cho HS tập luyện đồng loạt - GV sửa sai	- Tổ trưởng điều khiển lớp tập luyện - Hs tiến hành tập luyện đồng loạt dưới sự hướng dẫn của Gv:  Luyện tập cả lớp - Từng tổ lên thi đua - trình diễn

- Thi đua giữa các tổ 2.Trò chơi “Nhảy ô tiếp sức” Trò chơi Nhảy ô tiếp sức  CB XP	1lần 1’–3’	- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - 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.	 - Hs nhắc lại luật chơi, cách chơi. - Hs tiến hành chơi trò chơi dưới sự chỉ huy của Gv. - Chơi trò đúng luật, nhiệt tình, sôi nổi và an toàn.
IV. Vận dụng - Thả lỏng cơ toàn thân. - Củng cố hệ thống bài học - Nhận xét và hướng dẫn tập luyện ở nhà.	4’- 6’	- GV hướng dẫn. - Gv cùng hs hệ thống lại bài (đưa câu hỏi). - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của Hs. - HD sử dụng SGK để Hs ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	- HS thực hiện thả lỏng - Hs cùng Gv hệ thống lại bài (HS quan sát SGK (tranh) trả lời) GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * - HS tập chung thực hiện theo hướng dẫn của GV và nhận hướng dẫn tập luyện ở nhà.

IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)

.....

TUẦN 7

GIÁO DỤC THỂ CHẤT (KHỐI 5) – Tiết 13

CHỦ ĐỀ 1: ĐỘI HÌNH ĐỘI NGŨ

Bài 3: Bài tập phối hợp đi đều vòng các hướng

(Tiết 2)

Từ ngày đến ngày tháng năm 2024.

I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

1. Về phẩm chất:

- Học bài tập phối hợp giậm chân tại chỗ, đi đều, đi đều vòng sau. Trò chơi “Nhảy ô tiếp sức”. Hs biết khẩu lệnh và cách thức thực hiện động tác để thực hiện nhiệm vụ học tập.
- 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.

12. Về năng lực chung:

12.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước khẩu lệnh, cách thực hiện bài tập phối hợp giậm chân tại chỗ, đi đều, đi đều vòng sau trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Thông qua các hoạt động nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

12.2. 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. Biết điều chỉnh trang phục để thoải mái và tự tin khi vận động, biết điều chỉnh chế độ dinh dưỡng đảm bảo cho cơ thể.
- NL giải quyết vấn đề và sáng tạo: Thông qua việc học tập tích cực, chủ động tiếp nhận kiến thức và tập luyện.
- Tự giác, tích cực trong tập luyện; Yêu nước, chăm chỉ, trách nhiệm và trung thực.

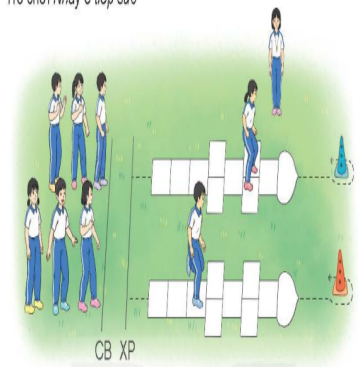
II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

- Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh động tác liên quan đến bài học; trang phục thể thao; còi phục vụ trò chơi.
- Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao, trang phục thể thao

III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Nội dung	LV Đ	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Hoạt động mở đầu	5' – 7'		
1. Nhận lớp		- Nghe cán bộ lớp báo cáo. - Hỏi về sức khỏe của Hs. - Cô trò chúc nhau. - Phổ biến nội dung, nhiệm vụ và yêu cầu giờ học. - GV di chuyển và quan sát, chỉ dẫn cho HS thực hiện.	- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp học cho Gv. GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * *
2. Khởi động	3' - 5'		
- Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân tập.	1-2l		- Cán sự điều khiển lớp khởi động.
- Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...	2l x 8n		- Hs chơi đúng luật, nhiệt tình sôi nổi và đảm bảo an toàn.
3. Trò chơi.	1' - 2'		
- Trò chơi “ <i>Cây sen</i> ”		- Gv tổ chức HS chơi trò chơi.	

			
II. Hoạt động hình thành kiến thức mới: <i>Bài tập phối hợp giậm chân tại chỗ, đi đều, đi đều vòng sau:</i> - TTCB: Tập hợp đội hình hàng dọc. - Cách thực hiện: Từ TTCB, nghe và thực hiện lần lượt theo các khẩu lệnh: “Giậm chân – Giậm!”; “Đi đều – Bước!”; “Bên phải, vòng sau – Bước!” hoặc “Bên trái, vòng sau – Bước!”; “Đứng lại – Đứng!”.	5’–7’	- Cho HS quan sát tranh - GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác. - Hô nhịp và thực hiện động tác mẫu, hướng dẫn HS thực hiện đt. - Gv quan sát, uốn nắn và sửa sai cho Hs.	- Hs lắng nghe, tiếp thu và ghi nhớ. - Tập luyện theo sự hướng dẫn của Gv. GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * *

- Tập luyện đồng loạt	3lần	- GV tổ chức cho HS tập luyện đồng loạt - GV sửa sai	- Tổ trưởng điều khiển lớp tập luyện - Hs tiến hành tập luyện đồng loạt dưới sự hướng dẫn của Gv: 
- Thi đua giữa các tổ 2.Trò chơi “Nhảy ô tiếp sức” Trò chơi Nhảy ô tiếp sức 	1lần 1’-3’	- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - 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.	- Từng tổ lên thi đua - trình diễn  - Hs nhắc lại luật chơi, cách chơi. - Hs tiến hành chơi trò chơi dưới sự chỉ huy của Gv. - Chơi trò đúng luật, nhiệt tình, sôi nổi và an toàn.
IV. Vận dụng	4’ - 6’	- GV hướng dẫn.	- HS thực hiện thả lỏng

- Thả lỏng cơ toàn thân. - củng cố hệ thống bài học - Nhận xét và hướng dẫn tập luyện ở nhà.		- Gv cùng hs hệ thống lại bài (đưa câu hỏi). - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của Hs. - HD sử dụng SGK để Hs ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	- Hs cùng Gv hệ thống lại bài (HS quan sát SGK (tranh) trả lời) GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * - HS tập chung thực hiện theo hướng dẫn của GV và nhận hướng dẫn tập luyện ở nhà.
--	--	---	---

IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)

.....

TUẦN 7 GIÁO DỤC THỂ CHẤT (KHỐI 5) – Tiết 14

CHỦ ĐỀ 1: ĐỘI HÌNH ĐỘI NGŨ

Bài 3: Bài tập phối hợp đi đều vòng các hướng

(Tiết 3)

Từ ngày đến ngày tháng năm 2024.

I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

1. Về phẩm chất:

- Ôn bài tập phối hợp giậm chân tại chỗ, đi đều, đi đều vòng sau. Trò chơi “Nhảy ô tiếp sức”. Hs thực hiện được động tác để thực hiện nhiệm vụ học tập.
- 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.

13. Về năng lực chung:

13.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem ôn lại bài tập phối hợp giậm chân tại chỗ, đi đều, đi đều vòng sau ở nhà
- Giao tiếp và hợp tác: Thông qua các hoạt động nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

13.2. 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. Biết điều chỉnh trang phục để thoải mái và tự tin khi vận động, biết điều chỉnh chế độ dinh dưỡng đảm bảo cho cơ thể.
- NL giải quyết vấn đề và sáng tạo: Thông qua việc học tập tích cực, chủ động tiếp nhận kiến thức và tập luyện.
- Tự giác, tích cực trong tập luyện; Yêu nước, chăm chỉ, trách nhiệm và trung thực.

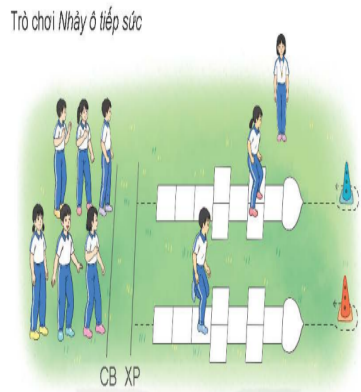
II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

- Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh động tác liên quan đến bài học; trang phục thể thao; còi phục vụ trò chơi.
- Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao, trang phục thể thao

III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Nội dung	LV Đ	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Hoạt động mở đầu	5' – 7'	- Nghe cán bộ lớp báo cáo. - Hỏi về sức khỏe của Hs. - Cô trò chúc nhau. - Phổ biến nội dung, nhiệm vụ và yêu cầu giờ học.	- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp học cho Gv. GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * *
1. Nhận lớp			
2. Khởi động	3' - 5'		

- Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân tập. - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... 3. Trò chơi. - Trò chơi “<i>Cây sen</i>”	1-21 21x8n 1’- 2’	- GV di chuyển và quan sát, chỉ dẫn cho HS thực hiện. - Gv tổ chức HS chơi trò chơi.	- Cán sự điều khiển lớp khởi động. - Hs chơi đúng luật, nhiệt tình sôi nổi và đảm bảo an toàn. 
II. Hoạt động luyện tập: * Tập bài tập phối hợp giậm chân tại chỗ, đi đều, đi đều vòng sau: - <i>Tập luyện theo tổ nhóm</i>	20-22’ 3lần	- GV tổ chức cho HS luyện tập theo tổ nhóm - Yc tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực quy định. - GV sửa sai	- Hs tiến hành tập luyện theo tổ nhóm dưới sự hướng dẫn của Gv và cán sự lớp:  Luyện tập nhóm - Tổ trưởng điều khiển lớp tập luyện

- Tập luyện đồng loạt	3lần	- GV tổ chức cho HS tập luyện đồng loạt - GV sửa sai	- Hs tiến hành tập luyện đồng loạt dưới sự hướng dẫn của Gv: 
- Thi đua giữa các tổ	1lần	- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.	- Từng tổ lên thi đua - trình diễn 
2.Trò chơi “Nhảy ô tiếp sức” Trò chơi Nhảy ô tiếp sức 	1’-3’	- 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.	- Hs nhắc lại luật chơi, cách chơi. - Hs tiến hành chơi trò chơi dưới sự chỉ huy của Gv. - Chơi trò đúng luật, nhiệt tình, sôi nổi và an toàn.
IV. Vận dụng - Thả lỏng cơ toàn thân.	4’ - 6’	- GV hướng dẫn.	- HS thực hiện thả lỏng

- Củng cố hệ thống bài học - Nhận xét và hướng dẫn tập luyện ở nhà.		- Gv cùng hs hệ thống lại bài (đưa câu hỏi). - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của Hs. - HD sử dụng SGK để Hs ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	- Hs cùng Gv hệ thống lại bài (HS quan sát SGK (tranh) trả lời) GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * - HS tập chung thực hiện theo hướng dẫn của GV và nhận hướng dẫn tập luyện ở nhà.
--	--	---	---

IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)

.....

TUẦN 8 **GIÁO DỤC THỂ CHẤT (KHỐI 5) – Tiết 15**
CHỦ ĐỀ 1: ĐỘI HÌNH ĐỘI NGŨ
Bài 3: Bài tập phối hợp đi đều vòng các hướng
(Tiết 4)
Từ ngày đến ngày tháng năm 2024.

I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

1. Về phẩm chất:

- Ôn bài tập phối hợp giậm chân tại chỗ, đi đều, đi đều vòng sau. Hs thực hiện đúng động tác để thực hiện nhiệm vụ học tập.
- 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.

14. Về năng lực chung:

14.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem ôn lại bài tập phối hợp giậm chân tại chỗ, đi đều, đi đều vòng sau ở nhà
- Giao tiếp và hợp tác: Thông qua các hoạt động nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

14.2. 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. Biết điều chỉnh trang phục để thoải mái và tự tin khi vận động, biết điều chỉnh chế độ dinh dưỡng đảm bảo cho cơ thể.
- NL giải quyết vấn đề và sáng tạo: Thông qua việc học tập tích cực, chủ động tiếp nhận kiến thức và tập luyện.
- Tự giác, tích cực trong tập luyện; Yêu nước, chăm chỉ, trách nhiệm và trung thực.

II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

- Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh động tác liên quan đến bài học; trang phục thể thao; còi phục vụ trò chơi.
- Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao, trang phục thể thao

III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Nội dung	LV Đ	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Hoạt động mở đầu 1. Nhận lớp	5' – 7'	- Nghe cán bộ lớp báo cáo. - Hỏi về sức khỏe của Hs. - Cô trò chúc nhau. - Phổ biến nội dung, nhiệm vụ và yêu cầu giờ học.	- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp học cho Gv. GV * * * * * * * * * * * * * * *

2. Khởi động - Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân tập. - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... 3. Trò chơi. - Trò chơi “<i>Cây sen</i>”	3’- 5’ 1-2l 2lx8n 1’- 2’	- GV di chuyển và quan sát, chỉ dẫn cho HS thực hiện. - Gv tổ chức HS chơi trò chơi.	* * * * * - Cán sự điều khiển lớp khởi động. - Hs chơi đúng luật, nhiệt tình sôi nổi và đảm bảo an toàn. 
II. Hoạt động luyện tập: * Tập bài tập phối hợp giậm chân tại chỗ, đi đều, đi đều vòng sau: - <i>Tập luyện theo tổ nhóm</i>	20-22’ 3-4lần	- GV tổ chức cho HS luyện tập theo tổ nhóm - Yc tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực quy định. - GV sửa sai	- Hs tiến hành tập luyện theo tổ nhóm dưới sự hướng dẫn của Gv và cán sự lớp: 

- Tập luyện đồng loạt	3-4lần	- GV tổ chức cho HS tập luyện đồng loạt - GV sửa sai	- Tổ trưởng điều khiển lớp tập luyện - Hs tiến hành tập luyện đồng loạt dưới sự hướng dẫn của Gv:  - Từng tổ lên thi đua - trình diễn 
- Thi đua giữa các tổ	1lần	- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.	- Từng tổ lên thi đua - trình diễn 
IV. Vận dụng - Thả lỏng cơ toàn thân. - củng cố hệ thống bài học - Nhận xét và hướng dẫn tập luyện ở nhà.	4' - 6'	- GV hướng dẫn. - Gv cùng hs hệ thống lại bài (đưa câu hỏi). - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của Hs. - HD sử dụng SGK để Hs ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	- HS thực hiện thả lỏng - Hs cùng Gv hệ thống lại bài (HS quan sát SGK (tranh) trả lời) GV * * * * * * * * * * * * * * *

			* * * * * - HS tập chung thực hiện theo hướng dẫn của GV và nhận hướng dẫn tập luyện ở nhà.
--	--	--	---

IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)

.....

TUẦN 8

GIÁO DỤC THỂ CHẤT (KHỐI 5) – Tiết 16

Chủ đề 2: Bài thể dục

Bài 1: Động tác vươn thở, Động tác tay, Động tác chân với gậy

(Tiết 1)

Từ ngày đến ngày tháng năm 2024.

I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

1. Về phẩm chất:

- Học động tác vươn thở với gậy. Trò chơi “Nhảy lò cò tiếp sức”. Hs biết cách thức thực hiện động tác để thực hiện nhiệm vụ học tập.
- 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.

15. Về năng lực chung:

15.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước cách thực hiện động tác vươn thở với gậy trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Thông qua các hoạt động nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

15.2. 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. Biết điều chỉnh trang phục để thoải mái và tự tin khi vận động, biết điều chỉnh chế độ dinh dưỡng đảm bảo cho cơ thể.
- NL giải quyết vấn đề và sáng tạo: Thông qua việc học tập tích cực, chủ động tiếp nhận kiến thức và tập luyện.
- Tự giác, tích cực trong tập luyện; Yêu nước, chăm chỉ, trách nhiệm và trung thực.

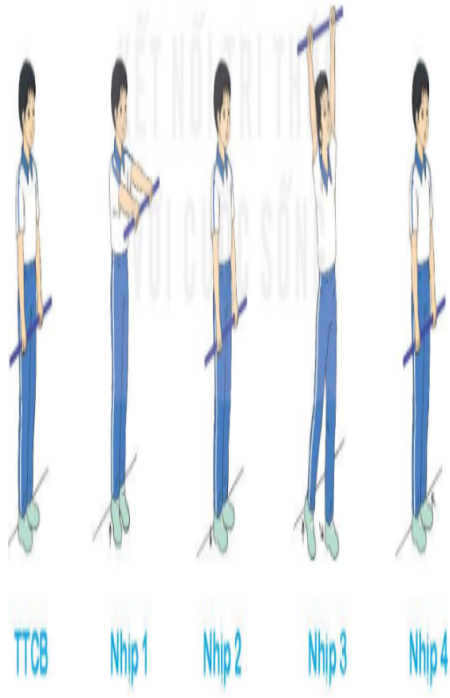
II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

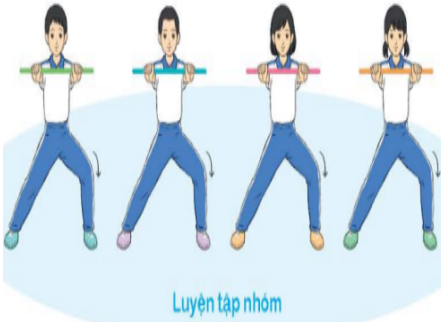
- Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh động tác liên quan đến bài học; trang phục thể thao; còi phục vụ trò chơi.
- Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao, trang phục thể thao

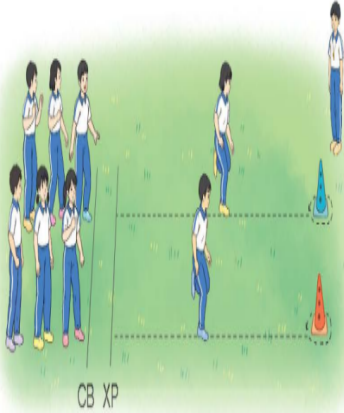
III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Nội dung	LV Đ	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Hoạt động mở đầu 1. Nhận lớp	5' – 7'	- Nghe cán bộ lớp báo cáo. - Hỏi về sức khỏe của Hs. - Cô trò chúc nhau. - Phổ biến nội dung, nhiệm vụ và yêu cầu giờ học.	- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp học cho Gv. GV * * * * * * * * * * * * * * *

2. Khởi động - Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân tập. - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... 3. Trò chơi. - Trò chơi “Ai kéo khoẻ hơn”	3’- 5’ 1-2l 2lx8n 1’- 2’	- GV di chuyển và quan sát, chỉ dẫn cho HS thực hiện. - Gv tổ chức HS chơi trò chơi.	* * * * * - Cán sự điều khiển lớp khởi động. - Hs chơi đúng luật, nhiệt tình sôi nổi và đảm bảo an toàn. 
II. Hoạt động hình thành kiến thức mới: <i>Động tác vươn thở với gậy:</i> - TTCB: Đứng thẳng, hai tay cầm gậy trước đùi - Nhịp 1: Kiễng hai gót chân, hai tay đưa gậy ra trước, hít sâu vào bằng mũi - Nhịp 2: Về TTCB, thở ra từ từ bằng miệng	5’-7’	- Cho HS quan sát tranh - GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác. - Hô nhịp và thực hiện động tác mẫu, hướng dẫn Hs thực hiện đt. - Gv quan sát, uốn nắn và sửa sai cho Hs.	- Hs lắng nghe, tiếp thu và ghi nhớ. - Tập luyện theo sự hướng dẫn của Gv. GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * *

- Nhịp 3: Chân trái bước lên trước, chân phải kiễng gót, hai tay đưa gậy ra trước – lên cao, mắt nhìn theo gậy, hít sâu vào bằng mũi - Nhịp 4 Về TTCB, thở ra từ từ bằng miệng - Nhịp 5, 6, 7, 8: Như nhịp 1, 2, 3, 4, nhưng ở nhịp 7 đổi chân.			Động tác vươn thở với gậy  TTCB Nhịp 1 Nhịp 2 Nhịp 3 Nhịp 4
III. Hoạt động luyện tập: * Tập động tác vươn thở với gậy: - <i>Tập luyện cá nhân</i> - <i>Tập luyện theo cặp</i>	10-15' 3 lần 3 lần	- GV tổ chức cho HS luyện tập - GV quan sát, nhận xét, sửa sai cho HS. - GV tổ chức cho HS luyện tập cặp đôi - GV sửa sai	- HS tập theo hướng dẫn của giáo viên:  Luyện tập cá nhân

- Tập luyện theo tổ nhóm	3 lần	- GV tổ chức cho HS luyện tập theo tổ nhóm - Yc tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực quy định. - GV sửa sai	- Hs tiến hành tập luyện cặp đôi theo sự hướng dẫn của Gv:  - Hs tiến hành tập luyện theo tổ nhóm dưới sự hướng dẫn của Gv và cán sự lớp: 
- Thi đua giữa các tổ 2.Trò chơi “Nhảy lò cò tiếp sức”	1lần 1’-3’	- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - 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.	- Tổ trưởng điều khiển lớp tập luyện - Từng tổ lên thi đua - trình diễn  - Hs nhắc lại luật chơi, cách chơi. - Hs tiến hành chơi trò chơi dưới sự chỉ huy của Gv.

Trò chơi Nhảy lò cò tiếp sức  CB XP			- Chơi trò đúng luật, nhiệt tình, sôi nổi và an toàn.
IV. Vận dụng - Thả lỏng cơ toàn thân. - Củng cố hệ thống bài học - Nhận xét và hướng dẫn tập luyện ở nhà.	4' - 6'	- GV hướng dẫn. - Gv cùng hs hệ thống lại bài (đưa câu hỏi). - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của Hs. - HD sử dụng SGK để Hs ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	- HS thực hiện thả lỏng - Hs cùng Gv hệ thống lại bài (HS quan sát SGK (tranh) trả lời) GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * - HS tập chung thực hiện theo hướng dẫn của GV và nhận hướng dẫn tập luyện ở nhà.

IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)

.....

TUẦN 9

GIÁO DỤC THỂ CHẤT (KHỐI 5) – Tiết 17

Chủ đề 2: Bài thể dục

Bài 1: Động tác vươn thở, Động tác tay, Động tác chân với gậy

(Tiết 2)

Từ ngày đến ngày tháng năm 2024.

I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

1. Về phẩm chất:

- Học động tác tay với gậy. Trò chơi “Nhảy lò cò tiếp sức”. Hs biết cách thức thực hiện động tác để thực hiện nhiệm vụ học tập.
- 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.

16. Về năng lực chung:

16.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước cách thực hiện động tác tay với gậy trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Thông qua các hoạt động nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

16.2. Năng lực đặc thù:

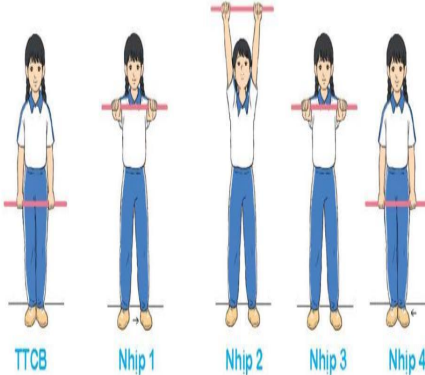
- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện. Biết điều chỉnh trang phục để thoải mái và tự tin khi vận động, biết điều chỉnh chế độ dinh dưỡng đảm bảo cho cơ thể.
- NL giải quyết vấn đề và sáng tạo: Thông qua việc học tập tích cực, chủ động tiếp nhận kiến thức và tập luyện.
- Tự giác, tích cực trong tập luyện; Yêu nước, chăm chỉ, trách nhiệm và trung thực.

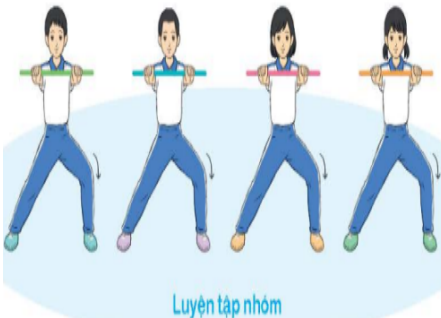
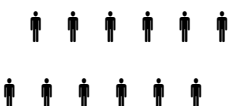
II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

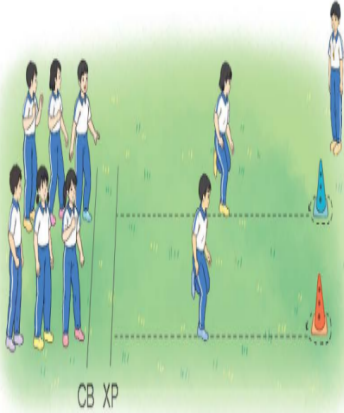
- Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh động tác liên quan đến bài học; trang phục thể thao; còi phục vụ trò chơi.
- Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao, trang phục thể thao

III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Nội dung	LV Đ	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Hoạt động mở đầu 1. Nhận lớp 2. Khởi động - Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân tập. - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... 3. Trò chơi. - Trò chơi “Ai kéo khoẻ hơn”	5’ – 7’ 3’ - 5’ 1-2l 2l x 8n 1’ - 2’	- Nghe cán bộ lớp báo cáo. - Hỏi về sức khỏe của Hs. - Cô trò chúc nhau. - Phổ biến nội dung, nhiệm vụ và yêu cầu giờ học. - GV di chuyển và quan sát, chỉ dẫn cho HS thực hiện. - Gv tổ chức HS chơi trò chơi.	- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp học cho Gv. GV * - Cán sự điều khiển lớp khởi động. - Hs chơi đúng luật, nhiệt tình sôi nổi và đảm bảo an toàn.
II. Hoạt động hình thành kiến thức mới: Động tác tay với gậy:	5’ – 7’	- Cho HS quan sát tranh	

- TTCB: Đứng thẳng, hai tay cầm gậy trước đùi - Nhịp 1: Chân trái bước sang ngang rộng bằng vai, hai tay đưa gậy ra trước - Nhịp 2: Hai tay đưa gậy lên cao, mắt nhìn theo gậy - Nhịp 3: Về nhịp 1 - Nhịp 4: Về TTCB - Nhịp 5, 6, 7, 8: Như nhịp 1, 2, 3, 4, nhưng ở nhịp 5 đổi chân.		- GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác. - Hô nhịp và thực hiện động tác mẫu, hướng dẫn Hs thực hiện đt. - Gv quan sát, uốn nắn và sửa sai cho Hs.	- Hs lắng nghe, tiếp thu và ghi nhớ. - Tập luyện theo sự hướng dẫn của Gv. GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * 2 Động tác tay với gậy  TTCB Nhịp 1 Nhịp 2 Nhịp 3 Nhịp 4
III. Hoạt động luyện tập: * Tập động tác tay với gậy: - <i>Tập luyện cá nhân</i> - <i>Tập luyện theo cặp</i>	10-15' 3 lần 3 lần	- GV tổ chức cho HS luyện tập - GV quan sát, nhận xét, sửa sai cho HS. - GV tổ chức cho HS luyện tập cặp đôi	- HS tập theo hướng dẫn của giáo viên:  Luyện tập cá nhân

- Tập luyện theo tổ nhóm	3 lần	- GV sửa sai - GV tổ chức cho HS luyện tập theo tổ nhóm - Yc tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực quy định. - GV sửa sai	- Hs tiến hành tập luyện cặp đôi theo sự hướng dẫn của Gv:  - Hs tiến hành tập luyện theo tổ nhóm dưới sự hướng dẫn của Gv và cán sự lớp: 
- Thi đua giữa các tổ	1lần	- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.	- Tổ trưởng điều khiển lớp tập luyện - Từng tổ lên thi đua - trình diễn 
2.Trò chơi “Nhảy lò cò tiếp sức”	1’-3’	- GV nêu tên trò chơi, phổ biến luật chơi, cách chơi. - Cùng hs nhắc lại luật chơi và cách chơi.	- Hs nhắc lại luật chơi, cách chơi. - Hs tiến hành chơi trò chơi dưới sự chỉ huy của Gv.

Trò chơi Nhảy lò cò tiếp sức 		- Cho Hs chơi thử. - Tổ chức cho Hs chơi.	- Chơi trò đúng luật, nhiệt tình, sôi nổi và an toàn.
IV. Vận dụng - Thả lỏng cơ toàn thân. - Củng cố hệ thống bài học - Nhận xét và hướng dẫn tập luyện ở nhà.	4' - 6'	- GV hướng dẫn. - Gv cùng hs hệ thống lại bài (đưa câu hỏi). - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của Hs. - HD sử dụng SGK để Hs ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	- HS thực hiện thả lỏng - Hs cùng Gv hệ thống lại bài (HS quan sát SGK (tranh) trả lời) GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * - HS tập chung thực hiện theo hướng dẫn của GV và nhận hướng dẫn tập luyện ở nhà.

IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)

.....

TUẦN 9

GIÁO DỤC THỂ CHẤT (KHỐI 5) – Tiết 18

Chủ đề 2: Bài thể dục

Bài 1: Động tác vươn thở, Động tác tay, Động tác chân với gậy

(Tiết 3)

Từ ngày đến ngày tháng năm 2024.

I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

1. Về phẩm chất:

- Học động tác chân với gậy. Trò chơi “Nhảy lò cò tiếp sức”. Hs biết cách thức thực hiện động tác để thực hiện nhiệm vụ học tập.
- 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.

17. Về năng lực chung:

17.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước cách thực hiện động tác chân với gậy trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Thông qua các hoạt động nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

17.2. Năng lực đặc thù:

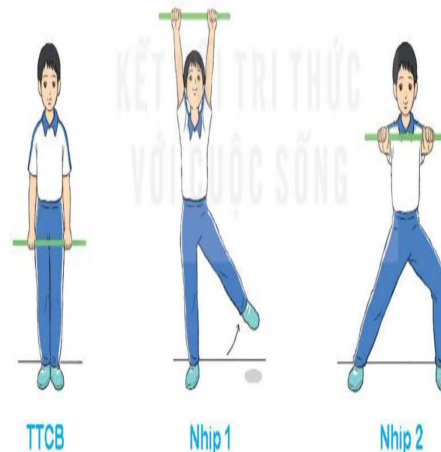
- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện. Biết điều chỉnh trang phục để thoải mái và tự tin khi vận động, biết điều chỉnh chế độ dinh dưỡng đảm bảo cho cơ thể.
- NL giải quyết vấn đề và sáng tạo: Thông qua việc học tập tích cực, chủ động tiếp nhận kiến thức và tập luyện.
- Tự giác, tích cực trong tập luyện; Yêu nước, chăm chỉ, trách nhiệm và trung thực.

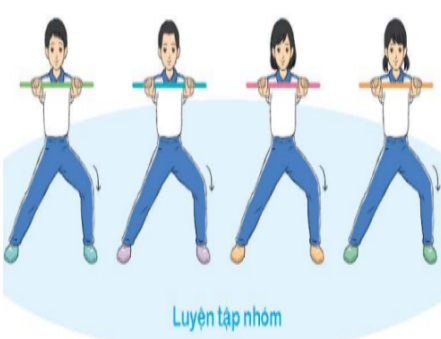
II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

- Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh động tác liên quan đến bài học; trang phục thể thao; còi phục vụ trò chơi.
- Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao, trang phục thể thao

III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Nội dung	LV Đ	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Hoạt động mở đầu	5' – 7'		
1. Nhận lớp		- Nghe cán bộ lớp báo cáo. - Hỏi về sức khỏe của Hs. - Cô trò chúc nhau. - Phổ biến nội dung, nhiệm vụ và yêu cầu giờ học. - GV di chuyển và quan sát, chỉ dẫn cho HS thực hiện.	- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp học cho Gv. GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * *
2. Khởi động	3' - 5'		
- Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân tập.	1-2l		- Cán sự điều khiển lớp khởi động.
- Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...	2l x 8n		
3. Trò chơi.	1' - 2'		
- Trò chơi “Ai kéo khoẻ hơn”		- Gv tổ chức HS chơi trò chơi.	- Hs chơi đúng luật, nhiệt tình sôi nổi và đảm bảo an toàn.

			
II. Hoạt động hình thành kiến thức mới: <i>Động tác chân với gậy:</i> - TTCB: Đứng thẳng, hai tay cầm gậy trước đùi - Nhịp 1: Chân trái đá sang ngang, hai tay đưa gậy ra trước – lên cao, mắt nhìn theo gậy - Nhịp 2: Khuyu gối chân trái, chân phải thẳng, hai tay hạ xuống cầm gậy phía trước ngang vai - Nhịp 3: Về nhịp 1 - Nhịp 4: Về TTCB - Nhịp 5, 6, 7, 8: Như nhịp 1, 2, 3, 4, nhưng ở nhịp 5 đổi chân.	5'–7'	- Cho HS quan sát tranh - GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác. - Hô nhịp và thực hiện động tác mẫu, hướng dẫn HS thực hiện đt. - Gv quan sát, uốn nắn và sửa sai cho Hs.	- Hs lắng nghe, tiếp thu và ghi nhớ. - Tập luyện theo sự hướng dẫn của Gv. GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * Động tác chân với gậy  TTCB Nhịp 1 Nhịp 2

III. Hoạt động luyện tập: * Tập động tác chân với gậy: - <i>Tập luyện cá nhân</i> - <i>Tập luyện theo cặp</i> - <i>Tập luyện theo tổ nhóm</i>	10-15' 3 lần 3 lần 3 lần	- GV tổ chức cho HS luyện tập - GV quan sát, nhận xét, sửa sai cho HS. - GV tổ chức cho HS luyện tập cặp đôi - GV sửa sai - GV tổ chức cho HS luyện tập theo tổ nhóm - Yc tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực quy định. - GV sửa sai	- HS tập theo hướng dẫn của giáo viên:  - Hs tiến hành tập luyện cặp đôi theo sự hướng dẫn của Gv:  - Hs tiến hành tập luyện theo tổ nhóm dưới sự hướng dẫn của Gv và cán sự lớp:  - Tổ trưởng điều khiển lớp tập luyện - Từng tổ lên thi đua - trình diễn
---	--	--	---

IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)

.....

TUẦN 10

GIÁO DỤC THỂ CHẤT (KHỐI 5) – Tiết 19

Chủ đề 2: Bài thể dục

Bài 1: Động tác vươn thở, Động tác tay, Động tác chân với gậy (Tiết 4)

Từ ngày đến ngày tháng năm 2024.

I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

1. Về phẩm chất:

- Ôn động tác: vươn thở, tay, chân với gậy. Trò chơi “Nhảy lò cò tiếp sức”. Hs thức thực hiện được động tác để thực hiện nhiệm vụ học tập.
- 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.

18. Về năng lực chung:

18.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự ôn lại động tác: vươn thở, tay, chân với gậy ở nhà
- Giao tiếp và hợp tác: Thông qua các hoạt động nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

18.2. 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. Biết điều chỉnh trang phục để thoải mái và tự tin khi vận động, biết điều chỉnh chế độ dinh dưỡng đảm bảo cho cơ thể.
- NL giải quyết vấn đề và sáng tạo: Thông qua việc học tập tích cực, chủ động tiếp nhận kiến thức và tập luyện.
- Tự giác, tích cực trong tập luyện; Yêu nước, chăm chỉ, trách nhiệm và trung thực.

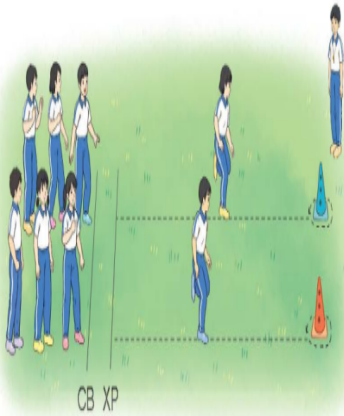
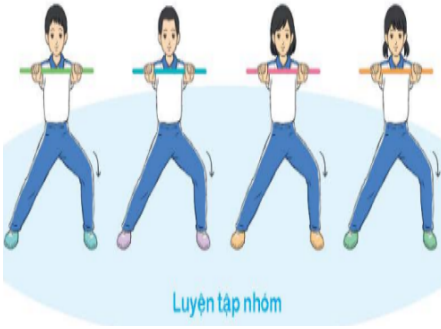
II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

- Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh động tác liên quan đến bài học; trang phục thể thao; còi phục vụ trò chơi.
- Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao, trang phục thể thao

III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Nội dung	LV Đ	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Hoạt động mở đầu	5' – 7'		
1. Nhận lớp		- Nghe cán bộ lớp báo cáo. - Hỏi về sức khỏe của Hs. - Cô trò chúc nhau. - Phổ biến nội dung, nhiệm vụ và yêu cầu giờ học. - GV di chuyển và quan sát, chỉ dẫn cho HS thực hiện.	- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp học cho Gv. GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * *
2. Khởi động	3' - 5'		
- Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân tập.	1-2l		- Cán sự điều khiển lớp khởi động.
- Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...	2l x 8n	- Gv tổ chức HS chơi trò chơi.	- Hs chơi đúng luật, nhiệt tình sôi nổi và đảm bảo an toàn.

3. Trò chơi. - Trò chơi “<i>Ai kéo khoẻ hơn</i>”	1’- 2’		
II. Hoạt động luyện tập: * Tập động tác: vươn thở, tay, chân với gậy: - <i>Tập luyện cá nhân</i> - <i>Tập luyện theo cặp</i> - <i>Tập luyện theo tổ nhóm</i>	20-22’ 3 lần 3 lần 3 lần	- GV tổ chức cho HS luyện tập - GV quan sát, nhận xét, sửa sai cho HS. - GV tổ chức cho HS luyện tập cặp đôi - GV sửa sai - GV tổ chức cho HS luyện tập theo tổ nhóm	- HS tập theo hướng dẫn của giáo viên: 

- Thi đua giữa các tổ 2.Trò chơi “Nhảy lò cò tiếp sức” Trò chơi Nhảy lò cò tiếp sức 	1lần 1’–3’	- Yc tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực quy định. - GV sửa sai - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - 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.	- Hs tiến hành tập luyện cặp đôi theo sự hướng dẫn của Gv:  - Hs tiến hành tập luyện theo tổ nhóm dưới sự hướng dẫn của Gv và cán sự lớp:  - Tổ trưởng điều khiển lớp tập luyện - Từng tổ lên thi đua - trình diễn  - Hs nhắc lại luật chơi, cách chơi. - Hs tiến hành chơi trò chơi dưới sự chỉ huy của Gv.
---	--------------------------	--	---

			- Chơi trò đúng luật, nhiệt tình, sôi nổi và an toàn.
IV. Vận dụng - Thả lỏng cơ toàn thân. - củng cố hệ thống bài học - Nhận xét và hướng dẫn tập luyện ở nhà.	4' - 6'	- GV hướng dẫn. - Gv cùng hs hệ thống lại bài (đưa câu hỏi). - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của Hs. - HD sử dụng SGK để Hs ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	- HS thực hiện thả lỏng - Hs cùng Gv hệ thống lại bài (HS quan sát SGK (tranh) trả lời) GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * - HS tập chung thực hiện theo hướng dẫn của GV và nhận hướng dẫn tập luyện ở nhà.

IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)

.....

TUẦN 10 GIÁO DỤC THỂ CHẤT (KHỐI 5) – Tiết 20

Chủ đề 2: Bài thể dục

Bài 1: Động tác vươn thở, Động tác tay, Động tác chân với gậy

(Tiết 5)

Từ ngày đến ngày tháng năm 2024.

I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

1. Về phẩm chất:

- Ôn động tác: vươn thở, tay, chân với gậy. Trò chơi “Nhảy lò cò tiếp sức”. Hs thực hiện đúng động tác để thực hiện nhiệm vụ học tập.
- 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.

19. Về năng lực chung:

19.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự ôn lại động tác: vươn thở, tay, chân với gậy ở nhà
- Giao tiếp và hợp tác: Thông qua các hoạt động nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

19.2. 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. Biết điều chỉnh trang phục để thoải mái và tự tin khi vận động, biết điều chỉnh chế độ dinh dưỡng đảm bảo cho cơ thể.
- NL giải quyết vấn đề và sáng tạo: Thông qua việc học tập tích cực, chủ động tiếp nhận kiến thức và tập luyện.
- Tự giác, tích cực trong tập luyện; Yêu nước, chăm chỉ, trách nhiệm và trung thực.

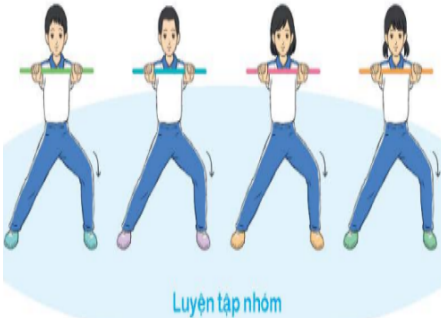
II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

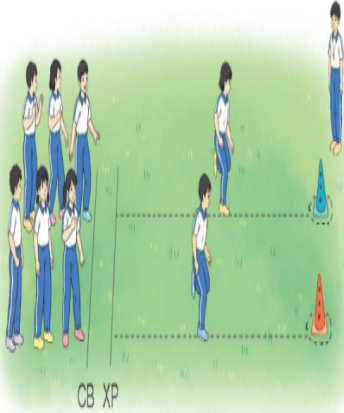
- Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh động tác liên quan đến bài học; trang phục thể thao; còi phục vụ trò chơi.
- Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao, trang phục thể thao

III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Nội dung	LV Đ	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Hoạt động mở đầu 1. Nhận lớp	5’ – 7’	- Nghe cán bộ lớp báo cáo. - Hỏi về sức khỏe của Hs.	- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp học cho Gv.

2. Khởi động - Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân tập. - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... 3. Trò chơi. - Trò chơi “Ai kéo khoẻ hơn”	3’ - 5’ 1-2l 2l x 8n 1’ - 2’	- Cô trò chúc nhau. - Phổ biến nội dung, nhiệm vụ và yêu cầu giờ học. - GV di chuyển và quan sát, chỉ dẫn cho HS thực hiện. - Gv tổ chức HS chơi trò chơi.	GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * - Cán sự điều khiển lớp khởi động. - Hs chơi đúng luật, nhiệt tình sôi nổi và đảm bảo an toàn. 
II. Hoạt động luyện tập: * Tập động tác: vươn thở, tay, chân với gậy: - Tập luyện cá nhân - Tập luyện theo cặp	20-22’ 3 lần 3 lần	- GV tổ chức cho HS luyện tập - GV quan sát, nhận xét, sửa sai cho HS.	- HS tập theo hướng dẫn của giáo viên: 

- Tập luyện theo tổ nhóm	3 lần	- GV tổ chức cho HS luyện tập cặp đôi - GV sửa sai	- Hs tiến hành tập luyện cặp đôi theo sự hướng dẫn của Gv:  - Hs tiến hành tập luyện theo tổ nhóm dưới sự hướng dẫn của Gv và cán sự lớp: 
- Thi đua giữa các tổ	1 lần	- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.	- Tổ trưởng điều khiển lớp tập luyện - Từng tổ lên thi đua - trình diễn 
2.Trò chơi “Nhảy lò cò tiếp sức”	1’-3’	- GV nêu tên trò chơi, phổ biến luật chơi, cách chơi.	- Hs nhắc lại luật chơi, cách chơi. - Hs tiến hành chơi trò chơi dưới sự chỉ huy của Gv.

Trò chơi Nhảy lò cò tiếp sức 		- Cùng hs nhắc lại luật chơi và cách chơi. - Cho Hs chơi thử. - Tổ chức cho Hs chơi.	- Chơi trò đúng luật, nhiệt tình, sôi nổi và an toàn.
IV. Vận dụng - Thả lỏng cơ toàn thân. - củng cố hệ thống bài học - Nhận xét và hướng dẫn tập luyện ở nhà.	4' - 6'	- GV hướng dẫn. - Gv cùng hs hệ thống lại bài (đưa câu hỏi). - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của Hs. - HD sử dụng SGK để Hs ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	- HS thực hiện thả lỏng - Hs cùng Gv hệ thống lại bài (HS quan sát SGK (tranh) trả lời) GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * - HS tập chung thực hiện theo hướng dẫn của GV và nhận hướng dẫn tập luyện ở nhà.

IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)

.....

TUẦN 11

GIÁO DỤC THỂ CHẤT (KHỐI 5) – Tiết 21

Chủ đề 2: Bài thể dục

Bài 2: Động tác bụng, Động tác vặn mình, Động tác toàn thân với gậy

(Tiết 1)

Từ ngày đến ngày tháng năm 2024.

I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

1. Về phẩm chất:

- Học động tác bụng với gậy. Trò chơi “Trao gậy tiếp sức”. Hs biết cách thức thực hiện động tác để thực hiện nhiệm vụ học tập.
- 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.

20. Về năng lực chung:

20.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước cách thực hiện động tác bụng với gậy trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Thông qua các hoạt động nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

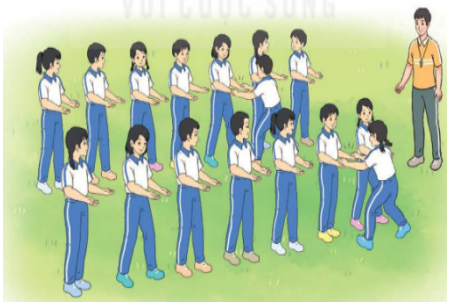
20.2. Năng lực đặc thù:

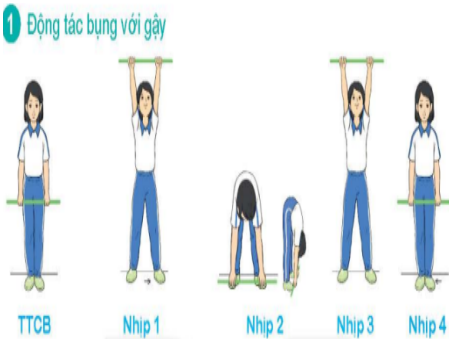
- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện. Biết điều chỉnh trang phục để thoải mái và tự tin khi vận động, biết điều chỉnh chế độ dinh dưỡng đảm bảo cho cơ thể.
- NL giải quyết vấn đề và sáng tạo: Thông qua việc học tập tích cực, chủ động tiếp nhận kiến thức và tập luyện.
- Tự giác, tích cực trong tập luyện; Yêu nước, chăm chỉ, trách nhiệm và trung thực.

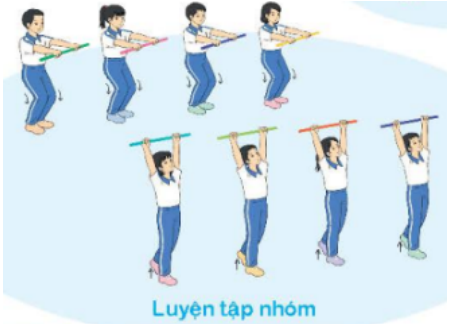
II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

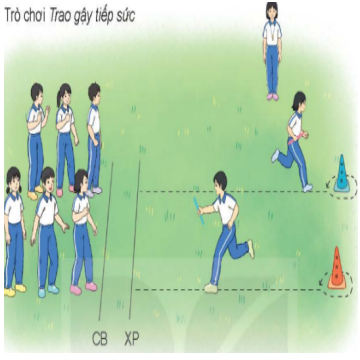
- Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh động tác liên quan đến bài học; trang phục thể thao; còi phục vụ trò chơi.
- Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao, trang phục thể thao

III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Nội dung	LV Đ	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Hoạt động mở đầu 1. Nhận lớp	5' – 7'	- Nghe cán bộ lớp báo cáo. - Hỏi về sức khỏe của Hs. - Cô trò chúc nhau. - Phổ biến nội dung, nhiệm vụ và yêu cầu giờ học. - GV di chuyển và quan sát, chỉ dẫn cho HS thực hiện.	- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp học cho Gv. GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * *
2. Khởi động - Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân tập. - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...	3' - 5' 1-2l 2l x 8n	- Gv tổ chức HS chơi trò chơi.	- Cán sự điều khiển lớp khởi động. - Hs chơi đúng luật, nhiệt tình sôi nổi và đảm bảo an toàn.
3. Trò chơi. - Trò chơi “<i>Đội nào nhanh nhất</i>”	1' - 2'		Trò chơi <i>Đội nào nhanh nhất</i> 
II. Hoạt động hình thành kiến thức mới: Động tác bụng với gậy:	5' – 7'	- Cho HS quan sát tranh	- Hs lắng nghe, tiếp thu và ghi nhớ.

- TTCB: Đứng thẳng, hai tay cầm gậy trước đùi - Nhịp 1: Chân trái bước sang ngang rộng hơn vai, hai tay đưa gậy ra trước – lên cao, mắt nhìn theo gậy - Nhịp 2: Cúi người, gập thân, hai chân thẳng, hai tay đưa gậy xuống chạm mũi bàn chân, mắt nhìn theo gậy		- GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác. - Hô nhịp và thực hiện động tác mẫu, hướng dẫn Hs thực hiện đt. - Gv quan sát, uốn nắn và sửa sai cho Hs.	- Tập luyện theo sự hướng dẫn của Gv. GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * 
III. Hoạt động luyện tập: * Tập động tác bụng với gậy: - <i>Tập luyện cá nhân</i> - <i>Tập luyện theo cặp</i>	10-15' 3 lần 3 lần	- GV tổ chức cho HS luyện tập - GV quan sát, nhận xét, sửa sai cho HS. - GV tổ chức cho HS luyện tập cặp đôi	- HS tập theo hướng dẫn của giáo viên: 

		- GV sửa sai	đôi theo sự hướng dẫn của Gv: 
- Tập luyện theo tổ nhóm	3 lần	- GV tổ chức cho HS luyện tập theo tổ nhóm - Yc tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực quy định. - GV sửa sai	- Hs tiến hành tập luyện theo tổ nhóm dưới sự hướng dẫn của Gv và cán sự lớp:  - Tổ trưởng điều khiển lớp tập luyện - Từng tổ lên thi đua - trình diễn 
2.Trò chơi “Trao gậy tiếp sức”	1lần	- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.	- Hs nhắc lại luật chơi, cách chơi. - Hs tiến hành chơi trò chơi dưới sự chỉ huy của Gv. - Chơi trò đúng luật, nhiệt tình, sôi nổi và an toàn.
	1’-3’	- GV nêu tên trò chơi, phổ biến luật chơi, cách chơi. - Cùng hs nhắc lại luật chơi và cách chơi.	

 Trò chơi Trao gậy tiếp sức CB XP		- Cho Hs chơi thử. - Tổ chức cho Hs chơi.	
IV. Vận dụng - Thả lỏng cơ toàn thân. - Củng cố hệ thống bài học - Nhận xét và hướng dẫn tập luyện ở nhà.	4' - 6'	- GV hướng dẫn. - Gv cùng hs hệ thống lại bài (đưa câu hỏi). - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của Hs. - HD sử dụng SGK để Hs ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	- HS thực hiện thả lỏng - Hs cùng Gv hệ thống lại bài (HS quan sát SGK (tranh) trả lời) GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * - HS tập chung thực hiện theo hướng dẫn của GV và nhận hướng dẫn tập luyện ở nhà.

IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)

.....

TUẦN 11

GIÁO DỤC THỂ CHẤT (KHỐI 5) – Tiết 22

Chủ đề 2: Bài thể dục

Bài 2: Động tác bụng, Động tác vận mình, Động tác toàn thân với gậy (Tiết 2)

Từ ngày đến ngày tháng năm 2024.

I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

1. Về phẩm chất:

- Học động tác vận mình với gậy. Trò chơi “Trao gậy tiếp sức”. Hs biết cách thức thực hiện động tác để thực hiện nhiệm vụ học tập.
- 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.

21. Về năng lực chung:

21.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước cách thực hiện động tác vận mình với gậy trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Thông qua các hoạt động nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

21.2. Năng lực đặc thù:

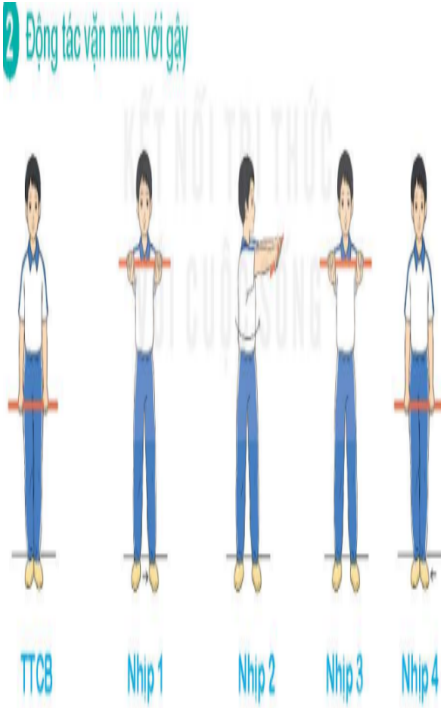
- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện. Biết điều chỉnh trang phục để thoải mái và tự tin khi vận động, biết điều chỉnh chế độ dinh dưỡng đảm bảo cho cơ thể.
- NL giải quyết vấn đề và sáng tạo: Thông qua việc học tập tích cực, chủ động tiếp nhận kiến thức và tập luyện.
- Tự giác, tích cực trong tập luyện; Yêu nước, chăm chỉ, trách nhiệm và trung thực.

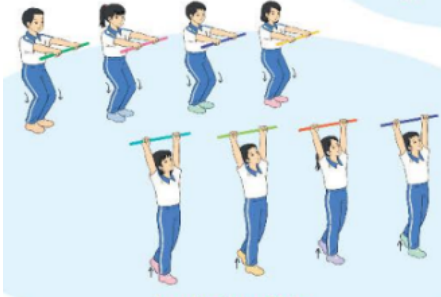
II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

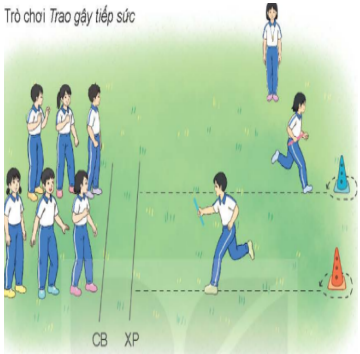
- Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh động tác liên quan đến bài học; trang phục thể thao; còi phục vụ trò chơi.
- Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao, trang phục thể thao

III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Nội dung	LV Đ	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Hoạt động mở đầu	5' – 7'		
1. Nhận lớp		- Nghe cán bộ lớp báo cáo. - Hỏi về sức khỏe của Hs. - Cô trò chúc nhau. - Phổ biến nội dung, nhiệm vụ và yêu cầu giờ học. - GV di chuyển và quan sát, chỉ dẫn cho HS thực hiện.	- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp học cho Gv. GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * *
2. Khởi động	3' - 5'		
- Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân tập.	1-2l		- Cán sự điều khiển lớp khởi động.
- Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...	2l x 8n		
3. Trò chơi.	1' - 2'		
- Trò chơi “ <i>Đội nào nhanh nhất</i> ”		- Gv tổ chức HS chơi trò chơi.	- Hs chơi đúng luật, nhiệt tình sôi nổi và đảm bảo an toàn. Trò chơi <i>Đội nào nhanh nhất</i> 

II. Hoạt động hình thành kiến thức mới: <i>Động tác vận mình với gậy:</i> - TTCB: Đứng thẳng, hai tay cầm gậy trước đùi - Nhịp 1: Chân trái bước sang ngang rộng bằng vai, hai tay đưa gậy ra trước - Nhịp 2: Giữ nguyên chân, vận mình sang trái, hai tay cầm gậy đưa ngang sang trái – ra sau, mắt nhìn theo gậy - Nhịp 3 Về nhịp 1 - Nhịp 4 Về TTCB - Nhịp 5, 6, 7, 8: Như nhịp 1, 2, 3, 4, nhưng ở nhịp 5 đổi chân, nhịp 6 đổi hướng vận mình sang phải.	5’–7’	- Cho HS quan sát tranh - GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác. - Hô nhịp và thực hiện động tác mẫu, hướng dẫn Hs thực hiện đt. - Gv quan sát, uốn nắn và sửa sai cho Hs.	- Hs lắng nghe, tiếp thu và ghi nhớ. - Tập luyện theo sự hướng dẫn của Gv. GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * 
---	--------------	---	--

III. Hoạt động luyện tập: * Tập động tác vận mình với gậy: - <i>Tập luyện cá nhân</i> - <i>Tập luyện theo cặp</i> - <i>Tập luyện theo tổ nhóm</i>	10-15' 3 lần 3 lần 3 lần	- GV tổ chức cho HS luyện tập - GV quan sát, nhận xét, sửa sai cho HS. - GV tổ chức cho HS luyện tập cặp đôi - GV sửa sai - GV tổ chức cho HS luyện tập theo tổ nhóm - Yc tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực quy định. - GV sửa sai	- HS tập theo hướng dẫn của giáo viên:  Luyện tập cá nhân - Hs tiến hành tập luyện cặp đôi theo sự hướng dẫn của Gv:  Luyện tập cặp đôi - Hs tiến hành tập luyện theo tổ nhóm dưới sự hướng dẫn của Gv và cán sự lớp:  Luyện tập nhóm - Tổ trưởng điều khiển lớp tập luyện
---	--	--	---

- Thi đua giữa các tổ 2.Trò chơi “Trao gậy tiếp sức” Trò chơi Trao gậy tiếp sức 	1lần 1’-3’	- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - 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.	- Từng tổ lên thi đua - trình diễn  - Hs nhắc lại luật chơi, cách chơi. - Hs tiến hành chơi trò chơi dưới sự chỉ huy của Gv. - Chơi trò đúng luật, nhiệt tình, sôi nổi và an toàn.
IV. Vận dụng - Thả lỏng cơ toàn thân. - củng cố hệ thống bài học - Nhận xét và hướng dẫn tập luyện ở nhà.	4’- 6’	- GV hướng dẫn. - Gv cùng hs hệ thống lại bài (đưa câu hỏi). - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của Hs. - HD sử dụng SGK để Hs ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	- HS thực hiện thả lỏng - Hs cùng Gv hệ thống lại bài (HS quan sát SGK (tranh) trả lời) GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * - HS tập chung thực hiện theo hướng dẫn của GV và nhận hướng dẫn tập luyện ở nhà.

IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)

.....

TUẦN 12

GIÁO DỤC THỂ CHẤT (KHỐI 5) – Tiết 23

Chủ đề 2: Bài thể dục

Bài 2: Động tác bụng, Động tác vận mình, Động tác toàn thân với gậy

(Tiết 3)

Từ ngày đến ngày tháng năm 2024.

I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

1. Về phẩm chất:

- Học động tác toàn thân với gậy. Trò chơi “Trao gậy tiếp sức”. Hs biết cách thức thực hiện động tác để thực hiện nhiệm vụ học tập.
- 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.

22. Về năng lực chung:

22.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước cách thực hiện động tác toàn thân với gậy trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Thông qua các hoạt động nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

22.2. Năng lực đặc thù:

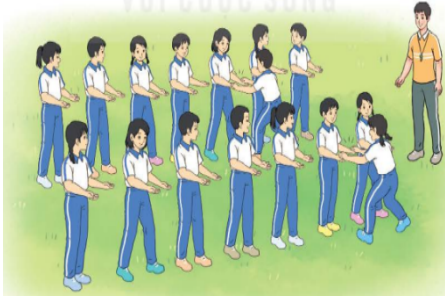
- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện. Biết điều chỉnh trang phục để thoải mái và tự tin khi vận động, biết điều chỉnh chế độ dinh dưỡng đảm bảo cho cơ thể.
- NL giải quyết vấn đề và sáng tạo: Thông qua việc học tập tích cực, chủ động tiếp nhận kiến thức và tập luyện.
- Tự giác, tích cực trong tập luyện; Yêu nước, chăm chỉ, trách nhiệm và trung thực.

II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

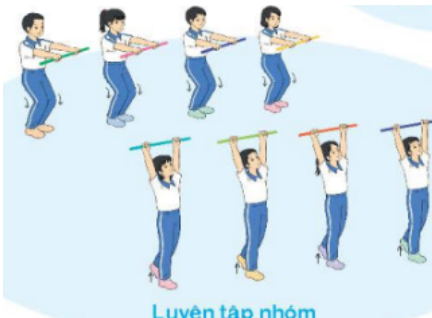
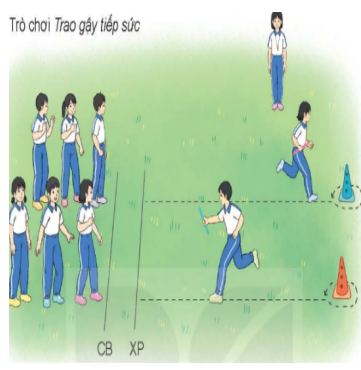
- Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh động tác liên quan đến bài học; trang phục thể thao; còi phục vụ trò chơi.
- Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao, trang phục thể thao

III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Nội dung	LV Đ	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Hoạt động mở đầu	5' – 7'		
1. Nhận lớp		- Nghe cán bộ lớp báo cáo. - Hỏi về sức khỏe của Hs. - Cô trò chúc nhau. - Phổ biến nội dung, nhiệm vụ và yêu cầu giờ học. - GV di chuyển và quan sát, chỉ dẫn cho HS thực hiện.	- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp học cho Gv. GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * *
2. Khởi động	3' - 5'		
- Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân tập.	1-2l		- Cán sự điều khiển lớp khởi động.
- Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...	2l x 8n	- Gv tổ chức HS chơi trò chơi.	- Hs chơi đúng luật, nhiệt tình sôi nổi và đảm bảo an toàn.

3. Trò chơi. - Trò chơi “<i>Đội nào nhanh nhất</i>”	1’- 2’		Trò chơi <i>Đội nào nhanh nhất</i> 
II. Hoạt động hình thành kiến thức mới: <i>Động tác toàn thân với gậy:</i> - TTCB: Đứng thẳng, hai tay cầm gậy trước đùi - Nhịp 1: Khuyu gối, thẳng lưng, hai tay đưa gậy ra trước - Nhịp 2: Duỗi gối, cúi người, gập thân, hai chân thẳng, hai tay đưa gậy xuống chạm mũi bàn chân, mắt nhìn theo gậy - Nhịp 3: Đứng thẳng, chân trái đưa ra sau, kiễng gót, tì mũi bàn chân, trọng tâm dồn vào chân phải,	5’-7’	- Cho HS quan sát tranh - GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kỹ thuật động tác. - Hô nhịp và thực hiện động tác mẫu, hướng dẫn Hs thực hiện đt. - Gv quan sát, uốn nắn và sửa sai cho Hs.	- Hs lắng nghe, tiếp thu và ghi nhớ. - Tập luyện theo sự hướng dẫn của Gv. GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * *

hai tay đưa gậy ra trước – lên cao, mắt nhìn theo gậy - Nhịp 4: Về TTCB			
III. Hoạt động luyện tập: * Tập động tác toàn thân với gậy: - <i>Tập luyện cá nhân</i> - <i>Tập luyện theo cặp</i>	10-15' 3 lần 3 lần	- GV tổ chức cho HS luyện tập - GV quan sát, nhận xét, sửa sai cho HS. - GV tổ chức cho HS luyện tập cặp đôi - GV sửa sai	- HS tập theo hướng dẫn của giáo viên:  - Hs tiến hành tập luyện cặp đôi theo sự hướng dẫn của Gv:

- Tập luyện theo tổ nhóm	3 lần	- GV tổ chức cho HS luyện tập theo tổ nhóm - Yc tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực quy định. - GV sửa sai	 Luyện tập cặp đôi - Hs tiến hành tập luyện theo tổ nhóm dưới sự hướng dẫn của Gv và cán sự lớp:  Luyện tập nhóm - Tổ trưởng điều khiển lớp tập luyện - Từng tổ lên thi đua - trình diễn  - Hs nhắc lại luật chơi, cách chơi. - Hs tiến hành chơi trò chơi dưới sự chỉ huy của Gv. - Chơi trò đúng luật, nhiệt tình, sôi nổi và an toàn.
2.Trò chơi “Trao gậy tiếp sức” Trò chơi Trao gậy tiếp sức 	1lần	- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.	
IV. Vận dụng	1’-3’	- 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.	

- Thả lỏng cơ toàn thân. - Củng cố hệ thống bài học - Nhận xét và hướng dẫn tập luyện ở nhà.		- GV hướng dẫn. - Gv cùng hs hệ thống lại bài (đưa câu hỏi). - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của Hs. - HD sử dụng SGK để Hs ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	- HS thực hiện thả lỏng - Hs cùng Gv hệ thống lại bài (HS quan sát SGK (tranh) trả lời) GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * - HS tập chung thực hiện theo hướng dẫn của GV và nhận hướng dẫn tập luyện ở nhà.
--	--	--	--

IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)

.....

TUẦN 12

GIÁO DỤC THỂ CHẤT (KHỐI 5) – Tiết 24

Chủ đề 2: Bài thể dục

**Bài 2: Động tác bụng, Động tác vận mình, Động tác toàn thân với gậy
(Tiết 4)**

Từ ngày đến ngày tháng năm 2024.

I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

1. Về phẩm chất:

- Ôn động tác: bụng, vặn mình, toàn thân với gậy. Trò chơi “Trao gậy tiếp sức”. HS thực hiện được động tác để thực hiện nhiệm vụ học tập.
- 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.

23. Về năng lực chung:

23.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự ôn lại động tác: bụng, vặn mình, toàn thân với gậy ở nhà.
- Giao tiếp và hợp tác: Thông qua các hoạt động nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

23.2. 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. Biết điều chỉnh trang phục để thoải mái và tự tin khi vận động, biết điều chỉnh chế độ dinh dưỡng đảm bảo cho cơ thể.
- NL giải quyết vấn đề và sáng tạo: Thông qua việc học tập tích cực, chủ động tiếp nhận kiến thức và tập luyện.
- Tự giác, tích cực trong tập luyện; Yêu nước, chăm chỉ, trách nhiệm và trung thực.

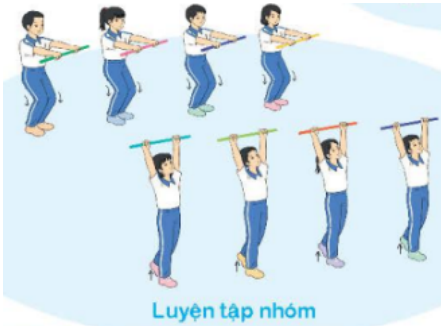
II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

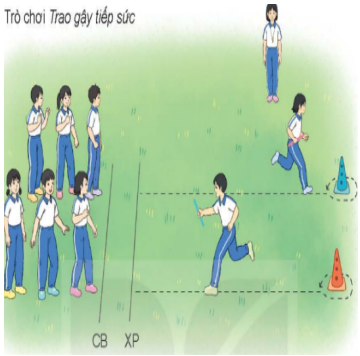
- Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh động tác liên quan đến bài học; trang phục thể thao; còi phục vụ trò chơi.
- Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao, trang phục thể thao

III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Nội dung	LV Đ	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Hoạt động mở đầu	5’ – 7’		
1. Nhận lớp			

2. Khởi động - Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân tập. - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... 3. Trò chơi. - Trò chơi “<i>Đội nào nhanh nhất</i>”	3’ - 5’ 1-2l 2lx8n 1’ - 2’	- Nghe cán bộ lớp báo cáo. - Hỏi về sức khỏe của Hs. - Cô trò chúc nhau. - Phổ biến nội dung, nhiệm vụ và yêu cầu giờ học. - GV di chuyển và quan sát, chỉ dẫn cho HS thực hiện. - Gv tổ chức HS chơi trò chơi.	- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp học cho Gv. GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * - Cán sự điều khiển lớp khởi động. - Hs chơi đúng luật, nhiệt tình sôi nổi và đảm bảo an toàn. Trò chơi <i>Đội nào nhanh nhất</i> 
III. Hoạt động luyện tập: * Tập động tác: bụng, vận mình, toàn thân với gậy: - <i>Tập luyện cá nhân</i>	20-22’ 3 lần	- GV tổ chức cho HS luyện tập	- HS tập theo hướng dẫn của giáo viên:

- Tập luyện theo cặp	3 lần	- GV quan sát, nhận xét, sửa sai cho HS. - GV tổ chức cho HS luyện tập cặp đôi - GV sửa sai	 Luyện tập cá nhân - Hs tiến hành tập luyện cặp đôi theo sự hướng dẫn của Gv:  Luyện tập cặp đôi
- Tập luyện theo tổ nhóm	3 lần	- GV tổ chức cho HS luyện tập theo tổ nhóm - Yc tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực quy định. - GV sửa sai	- Hs tiến hành tập luyện theo tổ nhóm dưới sự hướng dẫn của Gv và cán sự lớp:  Luyện tập nhóm
- Thi đua giữa các tổ	1lần	- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.	- Tổ trưởng điều khiển lớp tập luyện - Từng tổ lên thi đua - trình diễn  - Hs nhắc lại luật chơi, cách chơi.

2.Trò chơi “Trao gậy tiếp sức” Trò chơi Trao gậy tiếp sức 	1’-3’	- 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.	- Hs tiến hành chơi trò chơi dưới sự chỉ huy của Gv. - Chơi trò đúng luật, nhiệt tình, sôi nổi và an toàn.
IV. Vận dụng - Thả lỏng cơ toàn thân. - củng cố hệ thống bài học - Nhận xét và hướng dẫn tập luyện ở nhà.	4’- 6’	- GV hướng dẫn. - Gv cùng hs hệ thống lại bài (đưa câu hỏi). - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của Hs. - HD sử dụng SGK để Hs ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	- HS thực hiện thả lỏng - Hs cùng Gv hệ thống lại bài (HS quan sát SGK (tranh) trả lời) GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * - HS tập chung thực hiện theo hướng dẫn của GV và nhận hướng dẫn tập luyện ở nhà.

IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)

.....

TUẦN 13

GIÁO DỤC THỂ CHẤT (KHỐI 5) – Tiết 25

Chủ đề 2: Bài thể dục

Bài 2: Động tác bụng, Động tác vận mình, Động tác toàn thân với gậy (Tiết 5)

Từ ngày đến ngày tháng năm 2024.

I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

1. Về phẩm chất:

- Ôn động tác: bụng, vặn mình, toàn thân với gậy. Trò chơi “Trao gậy tiếp sức”. HS thực hiện đúng động tác để thực hiện nhiệm vụ học tập.
- 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.

24. Về năng lực chung:

24.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự ôn lại động tác: bụng, vặn mình, toàn thân với gậy ở nhà.
- Giao tiếp và hợp tác: Thông qua các hoạt động nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

24.2. Năng lực đặc thù:

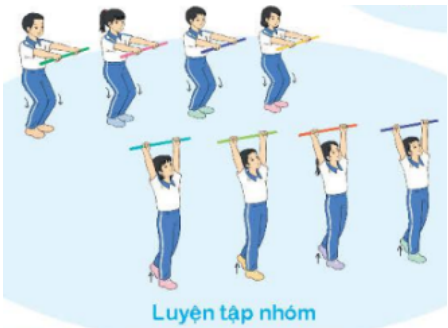
- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện. Biết điều chỉnh trang phục để thoải mái và tự tin khi vận động, biết điều chỉnh chế độ dinh dưỡng đảm bảo cho cơ thể.
- NL giải quyết vấn đề và sáng tạo: Thông qua việc học tập tích cực, chủ động tiếp nhận kiến thức và tập luyện.
- Tự giác, tích cực trong tập luyện; Yêu nước, chăm chỉ, trách nhiệm và trung thực.

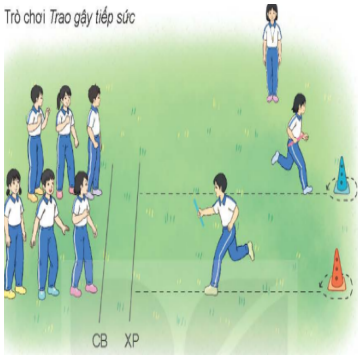
II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

- Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh động tác liên quan đến bài học; trang phục thể thao; còi phục vụ trò chơi.
- Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao, trang phục thể thao

III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Nội dung	LV Đ	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS

- Tập luyện cá nhân	3 lần	- GV quan sát, nhận xét, sửa sai cho HS.	 Luyện tập cá nhân
- Tập luyện theo cặp	3 lần	- GV tổ chức cho HS luyện tập cặp đôi - GV sửa sai	- Hs tiến hành tập luyện cặp đôi theo sự hướng dẫn của Gv:  Luyện tập cặp đôi
- Tập luyện theo tổ nhóm	3 lần	- GV tổ chức cho HS luyện tập theo tổ nhóm - Yc tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực quy định. - GV sửa sai	- Hs tiến hành tập luyện theo tổ nhóm dưới sự hướng dẫn của Gv và cán sự lớp:  Luyện tập nhóm
- Thi đua giữa các tổ	1 lần	- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.	- Tổ trưởng điều khiển lớp tập luyện - Từng tổ lên thi đua - trình diễn  - Hs nhắc lại luật chơi, cách chơi.

2.Trò chơi “Trao gậy tiếp sức” Trò chơi Trao gậy tiếp sức 	1’–3’	- 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.	- Hs tiến hành chơi trò chơi dưới sự chỉ huy của Gv. - Chơi trò đúng luật, nhiệt tình, sôi nổi và an toàn.
IV. Vận dụng - Thả lỏng cơ toàn thân. - củng cố hệ thống bài học - Nhận xét và hướng dẫn tập luyện ở nhà.	4’ - 6’	- GV hướng dẫn. - Gv cùng hs hệ thống lại bài (đưa câu hỏi). - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của Hs. - HD sử dụng SGK để Hs ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	- HS thực hiện thả lỏng - Hs cùng Gv hệ thống lại bài (HS quan sát SGK (tranh) trả lời) GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * - HS tập chung thực hiện theo hướng dẫn của GV và nhận hướng dẫn tập luyện ở nhà.

IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)

.....

TUẦN 13

GIÁO DỤC THỂ CHẤT (KHỐI 5) – Tiết 26

Chủ đề 2: Bài thể dục

Bài 3: Động tác nhảy, Động tác điều hòa với gậy

(Tiết 1)

Từ ngày đến ngày tháng năm 2024.

I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

1. Về phẩm chất:

- Học động tác nhảy với gậy. Trò chơi “Con sâu đo”. Hs biết cách thức thực hiện động tác để thực hiện nhiệm vụ học tập.
- 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.

25. Về năng lực chung:

25.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước cách thực hiện động tác nhảy với gậy trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Thông qua các hoạt động nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

25.2. 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. Biết điều chỉnh trang phục để thoải mái và tự tin khi vận động, biết điều chỉnh chế độ dinh dưỡng đảm bảo cho cơ thể.
- NL giải quyết vấn đề và sáng tạo: Thông qua việc học tập tích cực, chủ động tiếp nhận kiến thức và tập luyện.
- Tự giác, tích cực trong tập luyện; Yêu nước, chăm chỉ, trách nhiệm và trung thực.

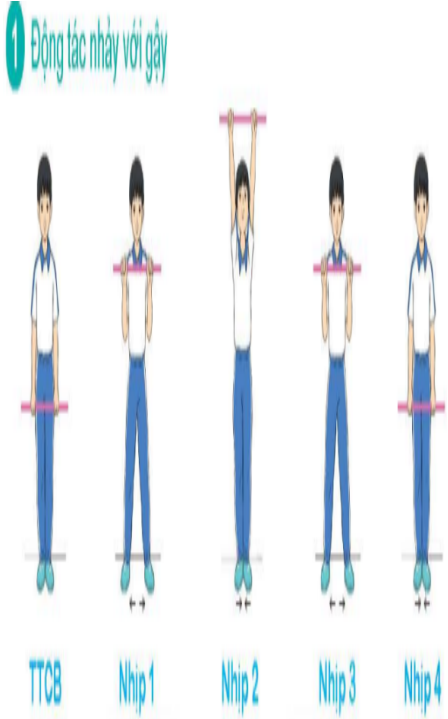
II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

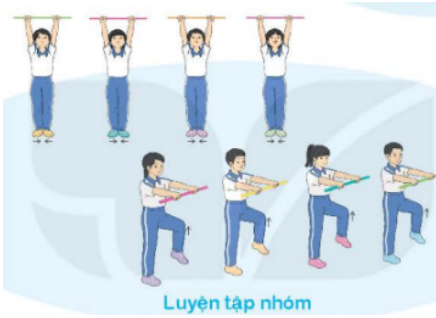
- Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh động tác liên quan đến bài học; trang phục thể thao; còi phục vụ trò chơi.
- Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao, trang phục thể thao

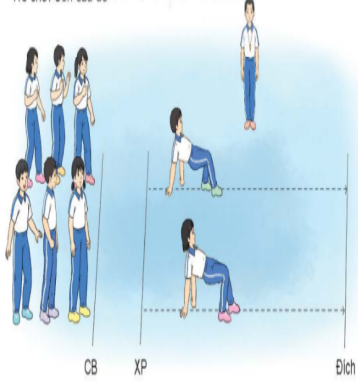
III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Nội dung	LV Đ	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu
-----------------	-------------	--

		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Hoạt động mở đầu 1. Nhận lớp 2. Khởi động - Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân tập. - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... 3. Trò chơi. - Trò chơi “Người thừa thứ 2”	5’ – 7’	- Nghe cán bộ lớp báo cáo. - Hỏi về sức khỏe của Hs. - Cô trò chúc nhau. - Phổ biến nội dung, nhiệm vụ và yêu cầu giờ học. - GV di chuyển và quan sát, chỉ dẫn cho HS thực hiện.	- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp học cho Gv. GV *
	3’ - 5’ 1-21 21x8n	- GV tổ chức HS chơi trò chơi.	- Cán sự điều khiển lớp khởi động. - Hs chơi đúng luật, nhiệt tình sôi nổi và đảm bảo an toàn.
	1’ - 2’		Trò chơi Người thừa thứ hai 
II. Hoạt động hình thành kiến thức mới: Động tác nhảy với gậy:	5’ – 7’	- Cho HS quan sát tranh - GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kỹ thuật động tác.	- Hs lắng nghe, tiếp thu và ghi nhớ. - Tập luyện theo sự hướng dẫn của Gv.

- TTCB: Đứng thẳng, hai tay cầm gậy trước đùi - Nhịp 1: Bật nhảy tách chân, khi rơi xuống hai chân rộng bằng vai, hai tay đưa gậy lên, gập khuỷu tay - Nhịp 2: Bật nhảy chụm chân, khi rơi xuống hai chân đặt cạnh nhau, hai tay đưa gậy lên cao, mắt nhìn theo gậy - Nhịp 3: Về nhịp 1 - Nhịp 4: Về TTCB - Nhịp 5, 6, 7, 8: Như nhịp 1, 2, 3, 4.		- Hô nhịp và thực hiện động tác mẫu, hướng dẫn Hs thực hiện đt. - Gv quan sát, uốn nắn và sửa sai cho Hs.	GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * 
III. Hoạt động luyện tập: * Tập động tác nhảy với gậy: - <i>Tập luyện cá nhân</i>	10-15' 3 lần	- GV tổ chức cho HS luyện tập - GV quan sát, nhận xét, sửa sai cho HS.	- HS tập theo hướng dẫn của giáo viên:

- Tập luyện theo cặp	3 lần	- GV tổ chức cho HS luyện tập cặp đôi - GV sửa sai	 Luyện tập cá nhân - Hs tiến hành tập luyện cặp đôi theo sự hướng dẫn của Gv:
- Tập luyện theo tổ nhóm	3 lần	- GV tổ chức cho HS luyện tập theo tổ nhóm - Yc tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực quy định. - GV sửa sai	 Luyện tập cặp đôi - Hs tiến hành tập luyện theo tổ nhóm dưới sự hướng dẫn của Gv và cán sự lớp:
- Thi đua giữa các tổ 2.Trò chơi “Con sâu đo”	1lần 1’-3’	- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV nêu tên trò chơi, phổ biến luật chơi, cách chơi.	 Luyện tập nhóm - Tổ trưởng điều khiển lớp tập luyện - Từng tổ lên thi đua - trình diễn             - Hs nhắc lại luật chơi, cách chơi.

Trò chơi Con sâu đo 		- Cùng hs nhắc lại luật chơi và cách chơi. - Cho Hs chơi thử. - Tổ chức cho Hs chơi.	- Hs tiến hành chơi trò chơi dưới sự chỉ huy của Gv. - Chơi trò đúng luật, nhiệt tình, sôi nổi và an toàn.
IV. Vận dụng - Thả lỏng cơ toàn thân. - củng cố hệ thống bài học - Nhận xét và hướng dẫn tập luyện ở nhà.	4' - 6'	- GV hướng dẫn. - Gv cùng hs hệ thống lại bài (đưa câu hỏi). - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của Hs. - HD sử dụng SGK để Hs ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	- HS thực hiện thả lỏng - Hs cùng Gv hệ thống lại bài (HS quan sát SGK (tranh) trả lời) GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * - HS tập chung thực hiện theo hướng dẫn của GV và nhận hướng dẫn tập luyện ở nhà.

IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)

.....

TUẦN 14

GIÁO DỤC THỂ CHẤT (KHỐI 5) – Tiết 27

Chủ đề 2: Bài thể dục

Bài 3: Động tác nhảy, Động tác điều hòa với gậy

(Tiết 2)

Từ ngày đến ngày tháng năm 2024.

I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

1. Về phẩm chất:

- Học động tác điều hòa với gậy. Trò chơi “Con sâu đo”. Hs biết cách thức thực hiện động tác để thực hiện nhiệm vụ học tập.
- 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.

26. Về năng lực chung:

26.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước cách thực hiện động tác điều hòa với gậy trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Thông qua các hoạt động nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

26.2. Năng lực đặc thù:

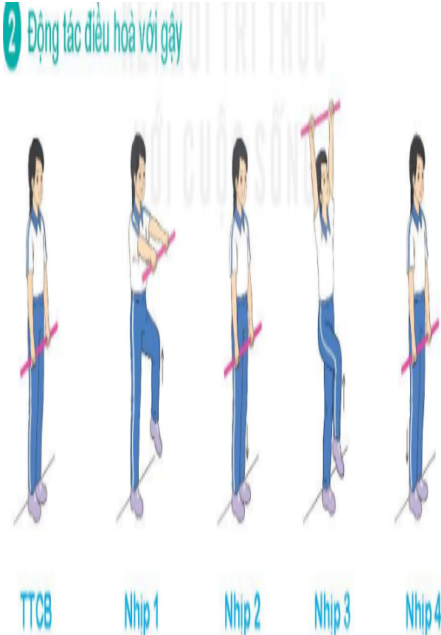
- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện. Biết điều chỉnh trang phục để thoải mái và tự tin khi vận động, biết điều chỉnh chế độ dinh dưỡng đảm bảo cho cơ thể.
- NL giải quyết vấn đề và sáng tạo: Thông qua việc học tập tích cực, chủ động tiếp nhận kiến thức và tập luyện.
- Tự giác, tích cực trong tập luyện; Yêu nước, chăm chỉ, trách nhiệm và trung thực.

II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

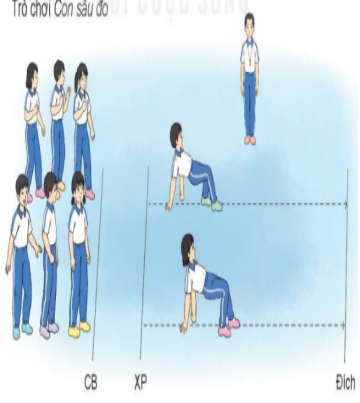
- Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh động tác liên quan đến bài học; trang phục thể thao; còi phục vụ trò chơi.
- Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao, trang phục thể thao

III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Nội dung	LV Đ	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Hoạt động mở đầu	5' – 7'		
1. Nhận lớp		- Nghe cán bộ lớp báo cáo. - Hỏi về sức khỏe của Hs. - Cô trò chúc nhau. - Phổ biến nội dung, nhiệm vụ và yêu cầu giờ học. - GV di chuyển và quan sát, chỉ dẫn cho HS thực hiện.	- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp học cho Gv. GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * *
2. Khởi động	3' - 5'		
- Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân tập.	1-2l		- Cán sự điều khiển lớp khởi động.
- Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...	2l x 8n		
3. Trò chơi.	1' - 2'		
- Trò chơi “Người thừa thứ 2”		- Gv tổ chức HS chơi trò chơi.	- Hs chơi đúng luật, nhiệt tình sôi nổi và đảm bảo an toàn. Trò chơi Người thừa thứ hai 

II. Hoạt động hình thành kiến thức mới: <i>Động tác điều hòa với gậy:</i> - TTCB: Đứng thẳng, hai tay cầm gậy trước đùi - Nhịp 1: Nâng đùi chân trái lên, căng chân thả lỏng, hai tay đưa gậy ra trước - Nhịp 2: Về TTCB - Nhịp 3: Nâng đùi chân phải lên, căng chân thả lỏng, hai tay đưa gậy ra trước – lên cao, mắt nhìn theo gậy - Nhịp 4: Về TTCB - Nhịp 5, 6, 7, 8: Như nhịp 1, 2, 3, 4, nhưng ở nhịp 5, 7 đổi chân.	5’–7’	- Cho HS quan sát tranh - GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác. - Hô nhịp và thực hiện động tác mẫu, hướng dẫn Hs thực hiện đt. - Gv quan sát, uốn nắn và sửa sai cho Hs.	- Hs lắng nghe, tiếp thu và ghi nhớ. - Tập luyện theo sự hướng dẫn của Gv. GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * 
III. Hoạt động luyện tập: * Tập động tác điều hòa với gậy: - <i>Tập luyện cá nhân</i>	10-15’ 3 lần	- GV tổ chức cho HS luyện tập - GV quan sát, nhận xét, sửa sai cho HS.	- HS tập theo hướng dẫn của giáo viên:

- Tập luyện theo cặp	3 lần	- GV tổ chức cho HS luyện tập cặp đôi - GV sửa sai	 Luyện tập cá nhân - Hs tiến hành tập luyện cặp đôi theo sự hướng dẫn của Gv:
- Tập luyện theo tổ nhóm	3 lần	- GV tổ chức cho HS luyện tập theo tổ nhóm - Yc tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực quy định. - GV sửa sai	 Luyện tập cặp đôi - Hs tiến hành tập luyện theo tổ nhóm dưới sự hướng dẫn của Gv và cán sự lớp:  Luyện tập nhóm
- Thi đua giữa các tổ 2.Trò chơi “Con sâu đo”	1lần 1’-3’	- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.	- Tổ trưởng điều khiển lớp tập luyện - Từng tổ lên thi đua - trình diễn  - Hs nhắc lại luật chơi, cách chơi.

Trò chơi Con sáo đỏ 	- 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.	- Hs tiến hành chơi trò chơi dưới sự chỉ huy của Gv. - Chơi trò đúng luật, nhiệt tình, sôi nổi và an toàn.
IV. Vận dụng - Thả lỏng cơ toàn thân. - củng cố hệ thống bài học - Nhận xét và hướng dẫn tập luyện ở nhà.	4' - 6' - GV hướng dẫn. - Gv cùng hs hệ thống lại bài (đưa câu hỏi). - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của Hs. - HD sử dụng SGK để Hs ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	- HS thực hiện thả lỏng - Hs cùng Gv hệ thống lại bài (HS quan sát SGK (tranh) trả lời) GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * - HS tập chung thực hiện theo hướng dẫn của GV và nhận hướng dẫn tập luyện ở nhà.

IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)

.....

TUẦN 14

GIÁO DỤC THỂ CHẤT (KHỐI 5) – Tiết 28

Chủ đề 2: Bài thể dục

Bài 3: Động tác nhảy, Động tác điều hòa với gậy

(Tiết 3)

Từ ngày đến ngày tháng năm 2024.

I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

1. Về phẩm chất:

- Ôn động tác: nhảy, điều hòa với gậy. Trò chơi “Con sâu đo”. Hs thực hiện được động tác để thực hiện nhiệm vụ học tập.
- 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.

27. Về năng lực chung:

27.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự ôn lại động tác: nhảy, điều hòa với gậy ở nhà
- Giao tiếp và hợp tác: Thông qua các hoạt động nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

27.2. Năng lực đặc thù:

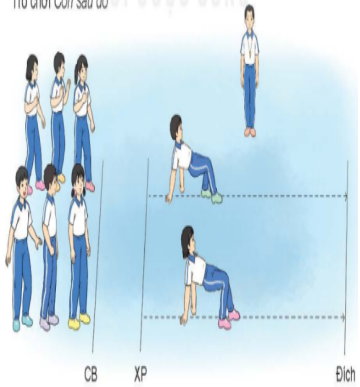
- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện. Biết điều chỉnh trang phục để thoải mái và tự tin khi vận động, biết điều chỉnh chế độ dinh dưỡng đảm bảo cho cơ thể.
- NL giải quyết vấn đề và sáng tạo: Thông qua việc học tập tích cực, chủ động tiếp nhận kiến thức và tập luyện.
- Tự giác, tích cực trong tập luyện; Yêu nước, chăm chỉ, trách nhiệm và trung thực.

II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

- Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh động tác liên quan đến bài học; trang phục thể thao; còi phục vụ trò chơi.
- Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao, trang phục thể thao

III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Nội dung	LV Đ	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Hoạt động mở đầu	5' – 7'		
1. Nhận lớp		- Nghe cán bộ lớp báo cáo. - Hỏi về sức khỏe của Hs. - Cô trò chúc nhau. - Phổ biến nội dung, nhiệm vụ và yêu cầu giờ học. - GV di chuyển và quan sát, chỉ dẫn cho HS thực hiện.	- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp học cho Gv. GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * *
2. Khởi động	3' - 5'		
- Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân tập.	1-2l		- Cán sự điều khiển lớp khởi động.
- Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...	2l x 8n		
3. Trò chơi.	1' - 2'		
- Trò chơi “Người thừa thứ 2”		- Gv tổ chức HS chơi trò chơi.	- Hs chơi đúng luật, nhiệt tình sôi nổi và đảm bảo an toàn. Trò chơi Người thừa thứ hai 

- Thi đua giữa các tổ 2.Trò chơi “Con sâu đo” Trò chơi Con sâu đo 	1lần 1’-3’	- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - 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.	- Từng tổ lên thi đua - trình diễn  - Hs nhắc lại luật chơi, cách chơi. - Hs tiến hành chơi trò chơi dưới sự chỉ huy của Gv. - Chơi trò đúng luật, nhiệt tình, sôi nổi và an toàn.
IV. Vận dụng - Thả lỏng cơ toàn thân. - củng cố hệ thống bài học - Nhận xét và hướng dẫn tập luyện ở nhà.	4’- 6’	- GV hướng dẫn. - Gv cùng hs hệ thống lại bài (đưa câu hỏi). - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của Hs. - HD sử dụng SGK để Hs ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	- HS thực hiện thả lỏng - Hs cùng Gv hệ thống lại bài (HS quan sát SGK (tranh) trả lời) GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * - HS tập chung thực hiện theo hướng dẫn của GV và nhận hướng dẫn tập luyện ở nhà.

IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)

.....

TUẦN 15

GIÁO DỤC THỂ CHẤT (KHỐI 5) – Tiết 29

Chủ đề 2: Bài thể dục

Bài 3: Động tác nhảy, Động tác điều hòa với gậy

(Tiết 4)

Từ ngày đến ngày tháng năm 2024.

I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

1. Về phẩm chất:

- Ôn bài thể dục với gậy. Trò chơi “Con sâu đo”. Hs thực hiện được động tác để thực hiện nhiệm vụ học tập.
- 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.

28. Về năng lực chung:

28.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự ôn lại bài thể dục với gậy ở nhà
- Giao tiếp và hợp tác: Thông qua các hoạt động nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

28.2. 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. Biết điều chỉnh trang phục để thoải mái và tự tin khi vận động, biết điều chỉnh chế độ dinh dưỡng đảm bảo cho cơ thể.

- NL giải quyết vấn đề và sáng tạo: Thông qua việc học tập tích cực, chủ động tiếp nhận kiến thức và tập luyện.
- Tự giác, tích cực trong tập luyện; Yêu nước, chăm chỉ, trách nhiệm và trung thực.

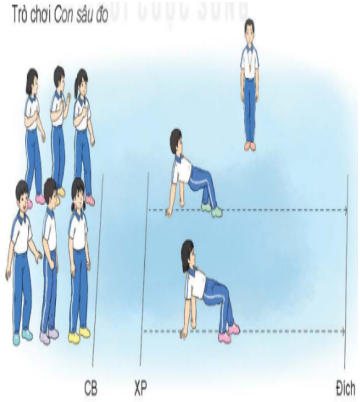
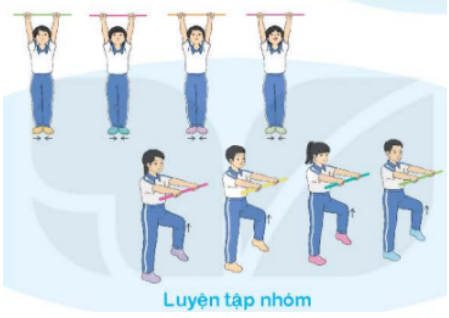
II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

- Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh động tác liên quan đến bài học; trang phục thể thao; còi phục vụ trò chơi.
- Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao, trang phục thể thao

III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Nội dung	LV Đ	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Hoạt động mở đầu	5' – 7'		
1. Nhận lớp		- Nghe cán bộ lớp báo cáo. - Hỏi về sức khỏe của Hs. - Cô trò chúc nhau. - Phổ biến nội dung, nhiệm vụ và yêu cầu giờ học. - GV di chuyển và quan sát, chỉ dẫn cho HS thực hiện.	- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp học cho Gv. GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * *
2. Khởi động	3' - 5'		
- Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân tập.	1-2l		- Cán sự điều khiển lớp khởi động.
- Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...	2l x 8n		- Hs chơi đúng luật, nhiệt tình sôi nổi và đảm bảo an toàn.
3. Trò chơi.	1' - 2'		
- Trò chơi “ <i>Người thừa thứ 2</i> ”		- Gv tổ chức HS chơi trò chơi.	

			Trò chơi Người thừa thứ hai 
II. Hoạt động luyện tập: * Tập bài thể dục với gậy: - Tập luyện cá nhân - Tập luyện theo cặp - Tập luyện theo tổ nhóm	20-22' 3 lần 3 lần 3 lần	- GV tổ chức cho HS luyện tập - GV quan sát, nhận xét, sửa sai cho HS. - GV tổ chức cho HS luyện tập cặp đôi - GV sửa sai - GV tổ chức cho HS luyện tập theo tổ nhóm	- HS tập theo hướng dẫn của giáo viên:  - Hs tiến hành tập luyện cặp đôi theo sự hướng dẫn của Gv: 

- Thi đua giữa các tổ 2.Trò chơi “Con sâu đo” 	1lần 1’-3’	- Yc tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực quy định. - GV sửa sai - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - 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.	- Hs tiến hành tập luyện theo tổ nhóm dưới sự hướng dẫn của Gv và cán sự lớp:  - Tổ trưởng điều khiển lớp tập luyện - Từng tổ lên thi đua - trình diễn  - Hs nhắc lại luật chơi, cách chơi. - Hs tiến hành chơi trò chơi dưới sự chỉ huy của Gv. - Chơi trò đúng luật, nhiệt tình, sôi nổi và an toàn.
IV. Vận dụng - Thả lỏng cơ toàn thân. - củng cố hệ thống bài học - Nhận xét và hướng dẫn tập luyện ở nhà.	4’- 6’	- GV hướng dẫn. - Gv cùng hs hệ thống lại bài (đưa câu hỏi). - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của Hs.	- HS thực hiện thả lỏng - Hs cùng Gv hệ thống lại bài (HS quan sát SGK (tranh) trả lời) GV * * * * * * * * * *

- Tự chủ và tự học: Tự ôn lại bài thể dục với gậy ở nhà
- Giao tiếp và hợp tác: Thông qua các hoạt động nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

29.2. 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. Biết điều chỉnh trang phục để thoải mái và tự tin khi vận động, biết điều chỉnh chế độ dinh dưỡng đảm bảo cho cơ thể.
- NL giải quyết vấn đề và sáng tạo: Thông qua việc học tập tích cực, chủ động tiếp nhận kiến thức và tập luyện.
- Tự giác, tích cực trong tập luyện; Yêu nước, chăm chỉ, trách nhiệm và trung thực.

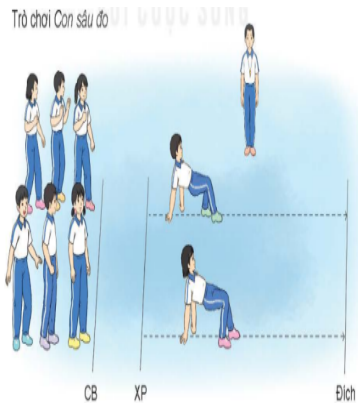
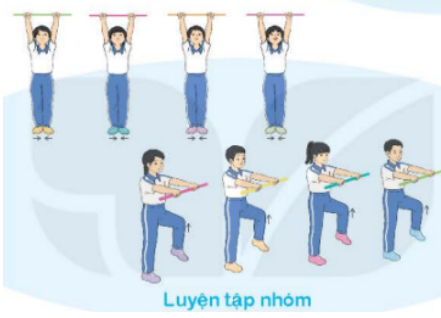
II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

- Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh động tác liên quan đến bài học; trang phục thể thao; còi phục vụ trò chơi.
- Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao, trang phục thể thao

III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Nội dung	LV Đ	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Hoạt động mở đầu	5' – 7'	- Nghe cán bộ lớp báo cáo. - Hỏi về sức khỏe của Hs. - Cô trò chúc nhau. - Phổ biến nội dung, nhiệm vụ và yêu cầu giờ học. - GV di chuyển và quan sát, chỉ dẫn cho HS thực hiện.	- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp học cho Gv.
1. Nhận lớp			GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * *
2. Khởi động	3' - 5' 1-21		- Cán sự điều khiển lớp khởi động.

- Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân tập. - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... 3. Trò chơi. - Trò chơi “<i>Người thừa thứ 2</i>”	2lx8n 1’- 2’	- Gv tổ chức HS chơi trò chơi.	- Hs chơi đúng luật, nhiệt tình sôi nổi và đảm bảo an toàn. Trò chơi Người thừa thứ hai 
II. Hoạt động luyện tập: * Tập bài thể dục với gậy: - <i>Tập luyện cá nhân</i> - <i>Tập luyện theo cặp</i>	20-22’ 3 lần 3 lần	- GV tổ chức cho HS luyện tập - GV quan sát, nhận xét, sửa sai cho HS. - GV tổ chức cho HS luyện tập cặp đôi - GV sửa sai	- HS tập theo hướng dẫn của giáo viên:  - Hs tiến hành tập luyện cặp đôi theo sự hướng dẫn của Gv:

- Tập luyện theo tổ nhóm	3 lần	- GV tổ chức cho HS luyện tập theo tổ nhóm - Yc tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực quy định. - GV sửa sai	 Luyện tập cặp đôi - Hs tiến hành tập luyện theo tổ nhóm dưới sự hướng dẫn của Gv và cán sự lớp:
- Thi đua giữa các tổ 2.Trò chơi “Con sâu đo”  Trò chơi Con sâu đo	1 lần 1’-3’	- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - 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.	 Luyện tập nhóm - Tổ trưởng điều khiển lớp tập luyện - Từng tổ lên thi đua - trình diễn  - Hs nhắc lại luật chơi, cách chơi. - Hs tiến hành chơi trò chơi dưới sự chỉ huy của Gv. - Chơi trò đúng luật, nhiệt tình, sôi nổi và an toàn.
IV. Vận dụng - Thả lỏng cơ toàn thân.	4’ - 6’	- GV hướng dẫn. - Gv cùng hs hệ thống lại bài (đưa câu hỏi).	- HS thực hiện thả lỏng

- Củng cố hệ thống bài học - Nhận xét và hướng dẫn tập luyện ở nhà.		- Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của Hs. - HD sử dụng SGK để Hs ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	- Hs cùng Gv hệ thống lại bài (HS quan sát SGK (tranh) trả lời) GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * - HS tập chung thực hiện theo hướng dẫn của GV và nhận hướng dẫn tập luyện ở nhà.
--	--	---	---

IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)

.....

TUẦN 16 **GIÁO DỤC THỂ CHẤT (KHỐI 5) – Tiết 31**
Chủ đề 3: Tư thế và kỹ năng vận động cơ bản
Bài 1: Bài tập rèn luyện kỹ năng lăn
(Tiết 1)
Từ ngày đến ngày tháng năm 2024.

I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT
1. Về phẩm chất:

- Học lẫn nửa vòng. Trò chơi “Chân tay khéo, khỏe”. HS biết cách thức thực hiện động tác để thực hiện nhiệm vụ học tập.
- 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.

30. Về năng lực chung:

30.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước cách thực hiện động tác lẫn nửa vòng trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Thông qua các hoạt động nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

30.2. Năng lực đặc thù:

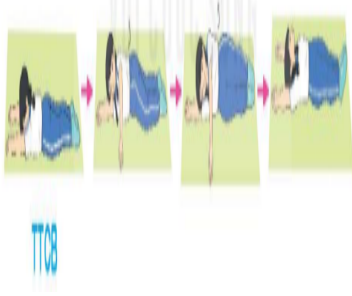
- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện. Biết điều chỉnh trang phục để thoải mái và tự tin khi vận động, biết điều chỉnh chế độ dinh dưỡng đảm bảo cho cơ thể.
- NL giải quyết vấn đề và sáng tạo: Thông qua việc học tập tích cực, chủ động tiếp nhận kiến thức và tập luyện.
- Tự giác, tích cực trong tập luyện; Yêu nước, chăm chỉ, trách nhiệm và trung thực.

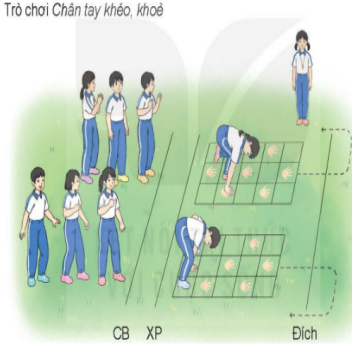
II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

- Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh động tác liên quan đến bài học; trang phục thể thao; còi phục vụ trò chơi.
- Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao, trang phục thể thao

III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Nội dung	LV Đ	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Hoạt động mở đầu 1. Nhận lớp	5’ – 7’	- Nghe cán bộ lớp báo cáo.	

2. Khởi động - Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân tập. - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... 3. Trò chơi. - Trò chơi “<i>Kết tượng nhóm ba, nhóm năm</i>”	3’ - 5’ 1-2l 2lx8n 1’ - 2’	- Hỏi về sức khỏe của Hs. - Cô trò chúc nhau. - Phổ biến nội dung, nhiệm vụ và yêu cầu giờ học. - GV di chuyển và quan sát, chỉ dẫn cho HS thực hiện. - Gv tổ chức HS chơi trò chơi.	- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp học cho Gv. GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * - Cán sự điều khiển lớp khởi động. - Hs chơi đúng luật, nhiệt tình sôi nổi và đảm bảo an toàn. Trò chơi Kết tượng nhóm ba, nhóm năm 
II. Hoạt động hình thành kiến thức mới: Lăn nửa vòng: 	5’-7’	- Cho HS quan sát tranh - GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kỹ thuật động tác.	- Hs lắng nghe, tiếp thu và ghi nhớ. - Tập luyện theo sự hướng dẫn của Gv. GV * * * * *

- Thi đua giữa các tổ 2.Trò chơi “Chân tay khéo, khỏe”: Trò chơi Chân tay khéo, khỏe 	1lần 1’–3’	- Yc tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực quy định. - GV sửa sai - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - 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.	- Hs tiến hành tập luyện theo tổ nhóm dưới sự hướng dẫn của Gv và cán sự lớp:  - Tổ trưởng điều khiển lớp tập luyện - Từng tổ lên thi đua - trình diễn  - Hs nhắc lại luật chơi, cách chơi. - Hs tiến hành chơi trò chơi dưới sự chỉ huy của Gv. - Chơi trò đúng luật, nhiệt tình, sôi nổi và an toàn.
IV. Vận dụng - Thả lỏng cơ toàn thân. - củng cố hệ thống bài học - Nhận xét và hướng dẫn tập luyện ở nhà.	4’- 6’	- GV hướng dẫn. - Gv cùng hs hệ thống lại bài (đưa câu hỏi). - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của Hs.	- HS thực hiện thả lỏng - Hs cùng Gv hệ thống lại bài (HS quan sát SGK (tranh) trả lời) GV * * * * * * * * * *

		- HD sử dụng SGK để Hs ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	* * * * * * * * * * - HS tập chung thực hiện theo hướng dẫn của GV và nhận hướng dẫn tập luyện ở nhà.
--	--	--	---

IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)

.....

TUẦN 16

GIÁO DỤC THỂ CHẤT (KHỐI 5) – Tiết 32
Chủ đề 3: Tư thế và kỹ năng vận động cơ bản
Bài 1: Bài tập rèn luyện kĩ năng lăn
(Tiết 2)
Từ ngày đến ngày tháng năm 2024.

I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

1. Về phẩm chất:

- Học lẫn một vòng. Trò chơi “Chân tay khéo, khỏe”. Hs biết cách thức thực hiện động tác để thực hiện nhiệm vụ học tập.
- 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.

31. Về năng lực chung:

31.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước cách thực hiện động tác lẫn một vòng trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Thông qua các hoạt động nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

31.2. Năng lực đặc thù:

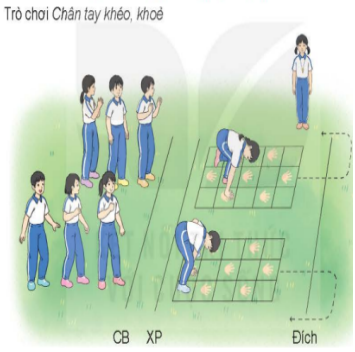
- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện. Biết điều chỉnh trang phục để thoải mái và tự tin khi vận động, biết điều chỉnh chế độ dinh dưỡng đảm bảo cho cơ thể.
- NL giải quyết vấn đề và sáng tạo: Thông qua việc học tập tích cực, chủ động tiếp nhận kiến thức và tập luyện.
- Tự giác, tích cực trong tập luyện; Yêu nước, chăm chỉ, trách nhiệm và trung thực.

II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

- Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh động tác liên quan đến bài học; trang phục thể thao; còi phục vụ trò chơi.
- Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao, trang phục thể thao

III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Nội dung	LV Đ	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS

- Tập luyện theo tổ nhóm	3 lần	- GV tổ chức cho HS luyện tập theo tổ nhóm - Yc tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực quy định. - GV sửa sai	 Luyện tập cặp đôi - Hs tiến hành tập luyện theo tổ nhóm dưới sự hướng dẫn của Gv và cán sự lớp:
- Thi đua giữa các tổ 2.Trò chơi “Chân tay khéo, khỏe”: Trò chơi Chân tay khéo, khỏe  CB XP Đích	1lần 1’-3’	- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - 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.	 Luyện tập nhóm - Tổ trưởng điều khiển lớp tập luyện - Từng tổ lên thi đua - trình diễn ♂ ♂ ♂ ♂ ♂ ♂ ♂ ♂ ♂ ♂ ♂ ♂ - Hs nhắc lại luật chơi, cách chơi. - Hs tiến hành chơi trò chơi dưới sự chỉ huy của Gv. - Chơi trò đúng luật, nhiệt tình, sôi nổi và an toàn.
IV. Vận dụng - Thả lỏng cơ toàn thân.	4’- 6’	- GV hướng dẫn. - Gv cùng hs hệ thống lại bài (đưa câu hỏi).	- HS thực hiện thả lỏng

- Củng cố hệ thống bài học - Nhận xét và hướng dẫn tập luyện ở nhà.		- Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của Hs. - HD sử dụng SGK để Hs ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	- Hs cùng Gv hệ thống lại bài (HS quan sát SGK (tranh) trả lời) GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * - HS tập chung thực hiện theo hướng dẫn của GV và nhận hướng dẫn tập luyện ở nhà.
--	--	---	---

IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)

.....

TUẦN 17

GIÁO DỤC THỂ CHẤT (KHỐI 5) – Tiết 33

Chủ đề 3: Tư thế và kỹ năng vận động cơ bản

Bài 1: Bài tập rèn luyện kỹ năng lăn

(Tiết 3)

Từ ngày đến ngày tháng năm 2024.

I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

1. Về phẩm chất:

- Ôn bài tập rèn luyện kỹ năng lăn. Trò chơi “Chân tay khéo, khỏe”. Hs thực hiện được động tác để thực hiện nhiệm vụ học tập.
- 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.

32. Về năng lực chung:

32.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự ôn lại bài tập rèn luyện kỹ năng lăn ở nhà
- Giao tiếp và hợp tác: Thông qua các hoạt động nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

32.2. 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. Biết điều chỉnh trang phục để thoải mái và tự tin khi vận động, biết điều chỉnh chế độ dinh dưỡng đảm bảo cho cơ thể.
- NL giải quyết vấn đề và sáng tạo: Thông qua việc học tập tích cực, chủ động tiếp nhận kiến thức và tập luyện.
- Tự giác, tích cực trong tập luyện; Yêu nước, chăm chỉ, trách nhiệm và trung thực.

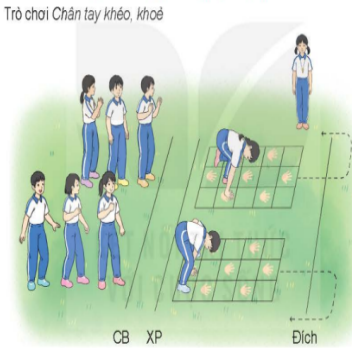
II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

- Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh động tác liên quan đến bài học; trang phục thể thao; còi phục vụ trò chơi.

- Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao, trang phục thể thao

III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Nội dung	LV Đ	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Hoạt động mở đầu 1. Nhận lớp 2. Khởi động - Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân tập. - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... 3. Trò chơi. - Trò chơi “ <i>Kết tượng nhóm ba, nhóm năm</i> ”	5’ – 7’	- Nghe cán bộ lớp báo cáo. - Hỏi về sức khỏe của Hs. - Cô trò chúc nhau. - Phổ biến nội dung, nhiệm vụ và yêu cầu giờ học. - GV di chuyển và quan sát, chỉ dẫn cho HS thực hiện.	- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp học cho Gv. GV *
	3’ - 5’ 1-2l		- Cán sự điều khiển lớp khởi động.
	2l x 8n	- Gv tổ chức HS chơi trò chơi.	- Hs chơi đúng luật, nhiệt tình sôi nổi và đảm bảo an toàn.
	1’ - 2’		Trò chơi <i>Kết tượng nhóm ba, nhóm năm</i> 

- Thi đua giữa các tổ 2.Trò chơi “Chân tay khéo, khỏe”: 	1lần 1’-3’	- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - 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.	- Từng tổ lên thi đua - trình diễn  - Hs nhắc lại luật chơi, cách chơi. - Hs tiến hành chơi trò chơi dưới sự chỉ huy của Gv. - Chơi trò đúng luật, nhiệt tình, sôi nổi và an toàn.
IV. Vận dụng - Thả lỏng cơ toàn thân. - củng cố hệ thống bài học - Nhận xét và hướng dẫn tập luyện ở nhà.	4’ - 6’	- GV hướng dẫn. - Gv cùng hs hệ thống lại bài (đưa câu hỏi). - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của Hs. - HD sử dụng SGK để Hs ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	- HS thực hiện thả lỏng - Hs cùng Gv hệ thống lại bài (HS quan sát SGK (tranh) trả lời) GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * - HS tập chung thực hiện theo hướng dẫn của GV và

			nhận hướng dẫn tập luyện ở nhà.
--	--	--	---------------------------------

IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)

.....

TUẦN 17

GIÁO DỤC THỂ CHẤT (KHỐI 5) – Tiết 34

Chủ đề 3: Tư thế và kỹ năng vận động cơ bản

Bài 1: Bài tập rèn luyện kỹ năng lăn

(Tiết 4)

Từ ngày đến ngày tháng năm 2024.

I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

1. Về phẩm chất:

- Ôn bài tập rèn luyện kỹ năng lăn. Trò chơi “Chân tay khéo, khỏe”. Hs thực hiện đúng động tác để thực hiện nhiệm vụ học tập.
- 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.

33. Về năng lực chung:

33.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự ôn lại bài tập rèn luyện kỹ năng lăn ở nhà
- Giao tiếp và hợp tác: Thông qua các hoạt động nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

33.2. 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. Biết điều chỉnh trang phục để thoải mái và tự tin khi vận động, biết điều chỉnh chế độ dinh dưỡng đảm bảo cho cơ thể.

- NL giải quyết vấn đề và sáng tạo: Thông qua việc học tập tích cực, chủ động tiếp nhận kiến thức và tập luyện.
- Tự giác, tích cực trong tập luyện; Yêu nước, chăm chỉ, trách nhiệm và trung thực.

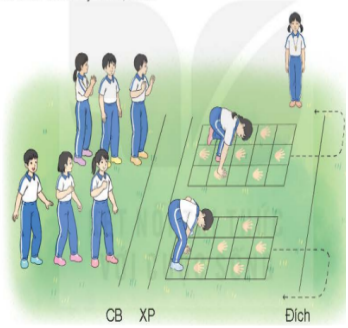
II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

- Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh động tác liên quan đến bài học; trang phục thể thao; còi phục vụ trò chơi.
- Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao, trang phục thể thao

III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Nội dung	LV Đ	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Hoạt động mở đầu	5' – 7'		
1. Nhận lớp		- Nghe cán bộ lớp báo cáo. - Hỏi về sức khỏe của Hs. - Cô trò chúc nhau. - Phổ biến nội dung, nhiệm vụ và yêu cầu giờ học. - GV di chuyển và quan sát, chỉ dẫn cho HS thực hiện.	- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp học cho Gv. GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * *
2. Khởi động	3' - 5'		
- Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân tập.	1-2l		- Cán sự điều khiển lớp khởi động.
- Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...	2l x 8n		- Hs chơi đúng luật, nhiệt tình sôi nổi và đảm bảo an toàn.
3. Trò chơi.	1' - 2'		
- Trò chơi “ <i>Kết tượng nhóm ba, nhóm năm</i> ”			

			Trò chơi Kết tọng nhóm ba, nhóm năm 
II. Hoạt động luyện tập: * Tập bài tập rèn luyện kỹ năng lăn: - <i>Tập luyện cá nhân</i>	20-22'		
	3 lần	- GV tổ chức cho HS luyện tập - GV quan sát, nhận xét, sửa sai cho HS.	- HS tập theo hướng dẫn của giáo viên:  Luyện tập cá nhân
	3 lần	- GV tổ chức cho HS luyện tập cặp đôi - GV sửa sai	- Hs tiến hành tập luyện cặp đôi theo sự hướng dẫn của Gv:  Luyện tập cặp đôi
	3 lần		

- Tập luyện theo tổ nhóm - Thi đua giữa các tổ 2.Trò chơi “Chân tay khéo, khỏe”: Trò chơi Chân tay khéo, khỏe 	1 lần 1’-3’	- GV tổ chức cho HS luyện tập theo tổ nhóm - Yc tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực quy định. - GV sửa sai - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - 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.	- Hs tiến hành tập luyện theo tổ nhóm dưới sự hướng dẫn của Gv và cán sự lớp:  Luyện tập nhóm - Tổ trưởng điều khiển lớp tập luyện - Từng tổ lên thi đua - trình diễn  - Hs nhắc lại luật chơi, cách chơi. - Hs tiến hành chơi trò chơi dưới sự chỉ huy của Gv. - Chơi trò đúng luật, nhiệt tình, sôi nổi và an toàn.
IV. Vận dụng - Thả lỏng cơ toàn thân. - củng cố hệ thống bài học	4’- 6’	- GV hướng dẫn. - Gv cùng hs hệ thống lại bài (đưa câu hỏi).	- HS thực hiện thả lỏng - Hs cùng Gv hệ thống lại bài (HS quan sát SGK (tranh) trả lời)

- Nhận xét và hướng dẫn tập luyện ở nhà.		- Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của Hs. - HD sử dụng SGK để Hs ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	GV * - HS tập chung thực hiện theo hướng dẫn của GV và nhận hướng dẫn tập luyện ở nhà.
--	--	---	---

IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)

.....

TUẦN 18 GIÁO DỤC THỂ CHẤT (KHỐI 5) – Tiết 35

Chủ đề 3: Tư thế và kỹ năng vận động cơ bản

Bài 2: Bài tập rèn luyện kỹ năng lộn xuôi

(Tiết 1)

Từ ngày đến ngày tháng năm 2024.

I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

1. Về phẩm chất:

- Học lộn xuôi. Trò chơi “tuyên phi công”. Hs biết cách thức thực hiện động tác để thực hiện nhiệm vụ học tập.
- 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.

34. Về năng lực chung:

34.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước cách thực hiện động tác lộn xuôi trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Thông qua các hoạt động nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

34.2. Năng lực đặc thù:

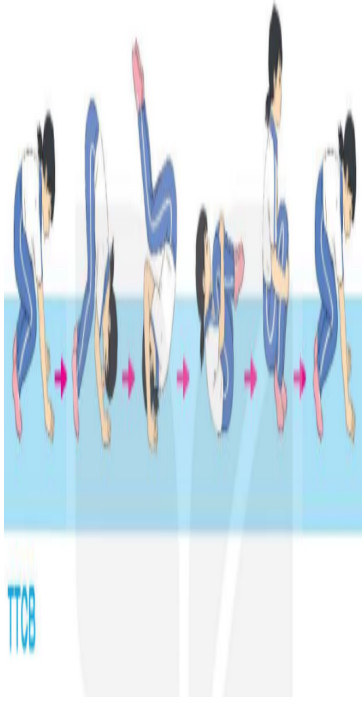
- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện. Biết điều chỉnh trang phục để thoải mái và tự tin khi vận động, biết điều chỉnh chế độ dinh dưỡng đảm bảo cho cơ thể.
- NL giải quyết vấn đề và sáng tạo: Thông qua việc học tập tích cực, chủ động tiếp nhận kiến thức và tập luyện.
- Tự giác, tích cực trong tập luyện; Yêu nước, chăm chỉ, trách nhiệm và trung thực.

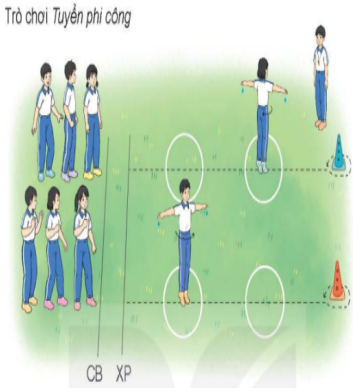
II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

- Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh động tác liên quan đến bài học; trang phục thể thao; còi phục vụ trò chơi.
- Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao, trang phục thể thao

III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Nội dung	LV Đ	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Hoạt động mở đầu	5' – 7'	- Nghe cán bộ lớp báo cáo. - Hỏi về sức khỏe của Hs. - Cô trò chúc nhau. - Phổ biến nội dung, nhiệm vụ và yêu cầu giờ học.	- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp học cho Gv. GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * *
1. Nhận lớp			
2. Khởi động	3' - 5'		

- Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân tập. - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... 3. Trò chơi. - Trò chơi “<i>Ai nhanh và đúng</i>”	1-21 21x8n 1’- 2’	- GV di chuyển và quan sát, chỉ dẫn cho HS thực hiện. - Gv tổ chức HS chơi trò chơi.	- Cán sự điều khiển lớp khởi động. - Hs chơi đúng luật, nhiệt tình sôi nổi và đảm bảo an toàn. Trò chơi Ai nhanh và đúng 
II. Hoạt động hình thành kiến thức mới: Lộn xuôi: 	5’-7’	- Cho HS quan sát tranh - GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác. - Hô nhịp và thực hiện động tác mẫu, hướng dẫn Hs thực hiện đt. - Gv quan sát, uốn nắn và sửa sai cho Hs.	- Hs lắng nghe, tiếp thu và ghi nhớ. - Tập luyện theo sự hướng dẫn của Gv. GV <pre> * </pre>

- Thi đua giữa các tổ 2.Trò chơi “tuyển phi công”: Trò chơi Tuyển phi công 	1lần 1’–3’	- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - 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.	- Hs tiến hành tập luyện theo tổ nhóm dưới sự hướng dẫn của Gv và cán sự lớp:  - Tổ trưởng điều khiển lớp tập luyện - Từng tổ lên thi đua - trình diễn  - Hs nhắc lại luật chơi, cách chơi. - Hs tiến hành chơi trò chơi dưới sự chỉ huy của Gv. - Chơi trò đúng luật, nhiệt tình, sôi nổi và an toàn.
IV. Vận dụng - Thả lỏng cơ toàn thân. - củng cố hệ thống bài học - Nhận xét và hướng dẫn tập luyện ở nhà.	4’- 6’	- GV hướng dẫn. - Gv cùng hs hệ thống lại bài (đưa câu hỏi). - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của Hs. - HD sử dụng SGK để Hs ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	- HS thực hiện thả lỏng - Hs cùng Gv hệ thống lại bài (HS quan sát SGK (tranh) trả lời) GV * * * * * * * * * * * * * * *

			* * * * * - HS tập chung thực hiện theo hướng dẫn của GV và nhận hướng dẫn tập luyện ở nhà.
--	--	--	---

IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT DẠY (NẾU CÓ)

.....

TUẦN 18

GIÁO DỤC THỂ CHẤT(KHỐI 5) – Tiết 36

Đánh giá cuối học kỳ I: Lăn một vòng

Từ ngày đến ngày tháng năm 2024.

I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

1. Về phẩm chất:

- Học sinh thực hiện động tác lần một vòng. Hs thực hiện đúng động tác để thực hiện nhiệm vụ học tập

2. Về năng lực:

2.1. Về năng lực chung:

- Giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác với các bạn trong lớp.

2.2. 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 đúng động tác lần một vòng

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

- Tích cực trong tập luyện và hoạt động tập thể.

- Chủ động trong các giờ kiểm tra của các nội dung sau.

II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

- Giáo viên chuẩn bị: Trang phục thể thao, còi phục vụ trò chơi.

- Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao, trang phục thể thao

III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU.

Nội dung	LV Đ	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Hoạt động mở đầu 1. Nhận lớp	5' – 7'	- Nghe cán bộ lớp báo cáo. - Hỏi về sức khỏe của Hs. - Cô trò chúc nhau. - Phổ biến nội dung, nhiệm vụ và yêu cầu giờ học.	- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp học cho Gv. GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * *

2. Khởi động - Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân tập. - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... 3. Trò chơi. - Trò chơi “<i>Bịt mắt bắt dê</i>” 	3’- 5’ 1-2l 2lx8n 11	- GV di chuyển và quan sát, chỉ dẫn cho HS thực hiện. - Gv tổ chức HS chơi trò chơi.	- Cán sự điều khiển lớp khởi động. - Hs chơi đúng luật, nhiệt tình sôi nổi và đảm bảo an toàn.
II. Hoạt động luyện tập và kiểm tra: *Ôn động tác lặn một vòng *Kiểm tra: động lặn một vòng: Kiểm tra lần lượt theo danh sách HS	20-22’	- Các tổ thực hiện luyện tập theo tổ dưới sự chỉ huy của cán sự. - Lần lượt HS lên thực hiện theo danh sách	- Hs thay phiên nhau hô nhịp. <pre> * * * * * * * * * * * * * GV * * * * * * * * * * * * * </pre> - HS chú ý thực hiện theo khẩu lệnh.

		- Sau khi các HS thực hiện xong các nội dung Gv nhận xét chung. - Tuyên dương tổ có ý thức tập luyện tốt.	- Lần lượt HS lên kiểm tra theo danh sách của GV. Các HS còn lại quan sát, nhận xét. GV * * * * * * * * * * * * * * * *
III. Vận dụng - Thả lỏng cơ toàn thân. - củng cố hệ thống bài học - Nhận xét và hướng dẫn tập luyện ở nhà.		- GV hướng dẫn. - Gv cùng hs hệ thống lại bài (đưa câu hỏi). - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của Hs. - HD sử dụng SGK để Hs ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	- HS thực hiện thả lỏng - Hs cùng Gv hệ thống lại bài (HS quan sát SGK (tranh) trả lời) GV * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * - HS tập chung thực hiện theo hướng dẫn của GV và nhận hướng dẫn tập luyện ở nhà.

MỨC ĐẠT	CÁC TIÊU CHÍ ĐÁNH GIÁ
----------------	------------------------------

HOÀN THÀNH TỐT	- Thực hiện tốt VS cá nhân, đảm bảo an toàn trong tập luyện - Biết quan sát tranh ảnh, động tác mẫu của giáo viên - Thực hiện động tác lặn một vòng đúng kĩ thuật và đẹp - Tham gia tích cực các trò chơi vận động - Tích cực, trung thực trong tập luyện và hình thành thói quen tập luyện TDTT
HOÀN THÀNH	- Biết thực hiện VS cá nhân, đảm bảo an toàn trong tập luyện - Bước đầu biết quan sát tranh ảnh, động tác mẫu của giáo viên - Thực hiện được động tác lặn một vòng - Có tham gia các trò chơi vận động nhưng chưa tích cực - Tích cực trong tập luyện và bước đầu hình thành thói quen tập luyện TDTT
CHƯA HOÀN THÀNH	- Chưa biết thực hiện VS cá nhân, đảm bảo an toàn trong tập luyện - Chưa biết quan sát tranh ảnh, động tác mẫu của giáo viên - Chưa thực hiện được động tác lặn một vòng - Hạn chế tham gia các trò chơi vận động - Chưa hoàn thành lượng vận động của bài tập - Ý thức và tinh thần tập luyện chưa cao