

## TUẦN 25

### CHỦ ĐỀ 3: TƯ THỂ VÀ KĨ NĂNG VẬN ĐỘNG CƠ BẢN ÔN BẬT NHẢY CHỤM CHÂN, BẬT NHẢY TÁCH CHÂN VÀ BẬT NHẢY QUAY CÁC HƯỚNG (tiết 49)

#### I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

##### 1. Năng lực

- Biết khẩu lệnh và cách thức thực hiện được động tác bật nhảy chụm chân, bật nhảy tách chân và bật nhảy quay các hướng, biết cách chơi trò chơi, để thực hiện nhiệm vụ học tập.
- Hình thành và phát triển năng lực tự chủ và tự học: Thông qua việc tự xem trước khẩu lệnh, quan sát tranh ảnh cách thực hiện động tác bật nhảy chụm chân, bật nhảy tách chân và bật nhảy quay các hướng trong sách giáo khoa.
- Hình thành và phát triển năng lực giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.
- Hình thành và phát triển năng lực chăm sóc sức khỏe: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân trước, trong và sau khi tập luyện để đảm bảo an toàn trong tập luyện, biết điều chỉnh chế độ dinh dưỡng đảm bảo cho cơ thể.
- Hình thành và phát triển năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo: Thông qua việc thực hiện được động tác bật nhảy chụm chân, bật nhảy tách chân và bật nhảy quay các hướng. Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện.
- Biết cách thức tiến hành kiểm tra các nội dung bật nhảy chụm chân, bật nhảy tách chân và bật nhảy quay các hướng để chủ động thực hiện hiệu quả theo yêu cầu.


##### 2. Phẩm chất: Bài học góp phần bồi dưỡng cho học sinh các phẩm chất.

- Tự giác, tích cực, đoàn kết trong tập luyện và hoạt động tập thể.

#### 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
<b>I. Hoạt động mở đầu</b> <b>1. Nhận lớp</b> <b>2. Khởi động</b> - Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân tập. - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... kéo giãn cơ.	6-10 phút 1-2 phút	- 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.  x  
<b>3. Trò chơi.</b> - Trò chơi “ <i>Kết bạn</i> ”	3-5 phút	- Các tổ thực hiện luyện tập	- Cán sự điều khiển lớp khởi động .



<p><b>II. Hoạt động luyện tập</b>  * Ôn nội dung TT và KNVĐCB:  - Bật nhảy chạm chân, bật nhảy tách chân và bật nhảy quay các hướng.</p> <p><b>III. Hoạt động vận dụng</b>  - Câu hỏi vận dụng</p> <p><b>IV. Hoạt động kết thúc</b>  - Thả lỏng cơ toàn thân.  - Củng cố hệ thống bài học.  - Nhận xét và hướng dẫn tập luyện ở nhà.  - Xuống lớp.</p>	<p>2L x 8N</p> <p>3-4 phút</p> <p>18-22 phút</p> <p>4-6 phút  2L x 8N</p>	<p>theo tổ dưới sự chỉ huy của cán sự.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Lần lượt từng tổ lên thực hiện nội dung bật nhảy chạm chân, bật nhảy tách chân và bật nhảy quay các hướng.</li> <li>- GV hô khẩu lệnh cho các tổ thực hiện.</li> <li>- Chú ý cách thực hiện điểm số của hs.</li> <li>- Sau khi các tổ thực hiện xong các nội dung Gv nhận xét chung phân tập luyện của cả lớp.</li> <li>- Tuyên dương tổ có ý thức tập luyện tốt.</li> <li>- GV hướng dẫn.</li> <li>- Gv cùng hs hệ thống lại bài.</li> <li>- Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của Hs.</li> </ul>	<pre> x        ▲ x - Hs chơi đúng luật, nhiệt tình sôi nổi và đảm bảo an toàn.  - GV hô khẩu lệnh cho các tổ thực hiện.  x        ▲  - Hs cùng Gv hệ thống lại bài.  x </pre>
--	---	--	---

# ÔN BẬT NHẢY CHỤM CHÂN, BẬT NHẢY TÁCH CHÂN VÀ BẬT NHẢY QUAY CÁC HƯỚNG (tiết 50)

## I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

### 1. Năng lực

- Biết khẩu lệnh và cách thức thực hiện được động tác bật nhảy chụm chân, bật nhảy tách chân và bật nhảy quay các hướng, biết cách chơi trò chơi, để thực hiện nhiệm vụ học tập.
- Hình thành và phát triển năng lực tự chủ và tự học: Thông qua việc tự xem trước khẩu lệnh, quan sát tranh ảnh cách thực hiện động tác bật nhảy chụm chân, bật nhảy tách chân và bật nhảy quay các hướng trong sách giáo khoa.
- Hình thành và phát triển năng lực giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.
- Hình thành và phát triển năng lực chăm sóc sức khỏe: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân trước, trong và sau khi tập luyện để đảm bảo an toàn trong tập luyện, biết điều chỉnh chế độ dinh dưỡng đảm bảo cho cơ thể.
- Hình thành và phát triển năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo: Thông qua việc thực hiện được động tác bật nhảy chụm chân, bật nhảy tách chân và bật nhảy quay các hướng. Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện.
- Biết cách thức tiến hành kiểm tra các nội dung bật nhảy chụm chân, bật nhảy tách chân và bật nhảy quay các hướng để chủ động thực hiện hiệu quả theo yêu cầu.

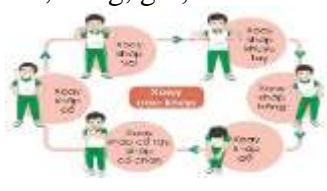
### 2. Phẩm chất: Bài học góp phần bồi dưỡng cho học sinh các phẩm chất.

- Tự giác, tích cực, đoàn kết trong tập luyện và hoạt động tập thể.

## 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
<p><b>I. Hoạt động mở đầu</b></p> <p><b>1. Nhận lớp</b></p> <p><b>2. Khởi động</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân tập.</li> <li>- Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... kéo giãn cơ.</li> </ul>  <p><b>3. Trò chơi.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Trò chơi “<i>Kết bạn</i>”</li> </ul> <p><b>II. Hoạt động luyện tập</b></p>	<p>6-10 phút</p> <p>2L x 8N</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>.- Phổ biến nội dung, nhiệm vụ và yêu cầu giờ học.</li> <li>- GV di chuyển và quan sát, chỉ dẫn cho HS thực hiện.</li> <li>- Gv tổ chức Hs chơi trò chơi.</li> <li>- Các tổ thực hiện luyện tập theo tổ dưới sự chỉ huy của cán sự.</li> </ul>	<p>Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp học cho Gv.</p> <p style="text-align: center;">                 x x x x x x x x x x x                  x x x x x x x x x x x                  x x x x x x x x x x x                  x x x x x x x x x x x             </p> <p style="text-align: center;">▲</p> <p>- Cán sự điều khiển lớp khởi động .</p> <p style="text-align: center;">                 x x x x x x x x x x x                  x x x x x x x x x x x                  x x x x x x x x x x x                  x x x x x x x x x x x             </p> <p style="text-align: center;">▲ x</p>

<p><b>* Ôn nội dung TT và KNVĐCB:</b> - Bật nhảy chụm chân, bật nhảy tách chân và bật nhảy quay các hướng.</p> <p><b>III. Hoạt động vận dụng</b> - Câu hỏi vận dụng</p> <p><b>IV. Hoạt động kết thúc</b> - Thả lỏng cơ toàn thân. - Cùng cô hệ thống bài học. - Nhận xét và hướng dẫn tập luyện ở nhà. - Xuống lớp.</p>	<p>18-20 phút</p> <p>4-6 phút 2L x 8N</p>	<p>- Lần lượt từng tổ lên thực hiện nội dung bật nhảy chụm chân, bật nhảy tách chân và bật nhảy quay các hướng. - GV hô khẩu lệnh cho các tổ thực hiện. - Chú ý cách thực hiện điểm số của hs. - Sau khi các tổ thực hiện xong các nội dung Gv nhận xét chung phần tập luyện của cả lớp. - Tuyên dương tổ có ý thức tập luyện tốt.</p> <p>- GV hướng dẫn.</p> <p>- Gv cùng hs hệ thống lại bài. - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của Hs.</p>	<p>- Hs chơi đúng luật, nhiệt tình sôi nổi và đảm bảo an toàn.</p> <p>- GV hô khẩu lệnh cho các tổ thực hiện.</p> <p>x x</p> <p style="text-align: center;">▲</p> <p>- Hs cùng Gv hệ thống lại bài.</p> <p>x x</p> <p style="text-align: center;">▲</p>
---	---	---	---

Ngày 2 tháng 3 năm 2024  
Kí duyệt của Tổ Trưởng



**Huỳnh Thị Yến Trang**

## TUẦN 26

### CHỦ ĐỀ 4: THỂ THAO TỰ CHỌN (BÓNG ĐÁ) BÀI 1: ĐỘNG TÁC TĂNG BÓNG BẰNG MU BÀN CHÂN TIẾT 1: ĐỘNG TÁC TĂNG BÓNG BẰNG MU BÀN CHÂN (tiết 51)

#### I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

##### 1. Năng lực

- Biết khẩu lệnh và cách thức thực hiện được động tác tăng bóng bằng mu bàn chân, biết cách chơi trò chơi, để thực hiện nhiệm vụ học tập.
- Hình thành và phát triển năng lực tự chủ và tự học: Thông qua việc tự xem trước khẩu lệnh, quan sát tranh ảnh cách thực hiện động tác tăng bóng bằng mu bàn chân trong sách giáo khoa.
- Hình thành và phát triển năng lực giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.
- Hình thành và phát triển năng lực chăm sóc sức khỏe: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân trước, trong và sau khi tập để đảm bảo an toàn trong tập luyện, biết điều chỉnh chế độ dinh dưỡng đảm bảo cho cơ thể.
- Hình thành và phát triển năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo: Thông qua việc thực hiện được động tác tăng bóng bằng mu bàn chân. Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện.


##### 2. Phẩm chất: Bài học góp phần bồi dưỡng cho học sinh các phẩm chất.




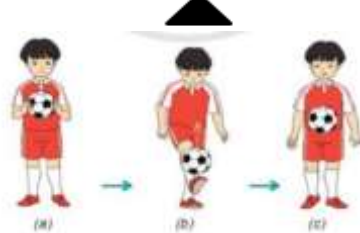
- Tự giác, tích cực, chăm chỉ, đoàn kết và giúp đỡ bạn trong tập luyện và hoạt động tập thể; hoàn thành lượng vận động.

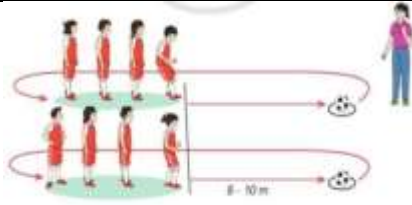
#### II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

- Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh động tác tăng bóng bằng mu bàn chân, 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
<b>I. Hoạt động mở đầu</b> <b>1. Nhận lớp</b> <b>2. Khởi động</b> - Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân tập. - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... kéo giãn cơ.  <b>3. Trò chơi.</b> - Trò chơi “ <i>Dẫn bóng theo nhóm</i> ”. <small>Trò chơi “Dẫn bóng theo nhóm”</small> 	6-10 phút  2Lx8N	- 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. XXXXXXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXXXXXX  ▲  - Cán sự điều khiển lớp khởi động.

<p><b>II. Hoạt động hình thành kiến thức.</b></p> <p><b>1. Động tác tâng bóng bằng mu bàn chân.</b></p> <p>+ TTCB: Đứng tự nhiên hai tay cầm bóng.</p> <p>+ Động tác: tay thả bóng rơi xuống, trọng lượng cơ thể dồn sang chân trụ (chân không thuận), chân thuận duỗi thẳng gối, dùng mu bàn chân đá vào phần dưới của quả bóng cho bóng nảy thẳng lên.</p> <p>+ Kết thúc: Hạ chân xuống, quan sát bóng và chân bị thực hiện lần tiếp theo.</p> <p><b>III. Hoạt động luyện tập.</b></p> <p><b>1. Động tác tâng bóng bằng mu bàn chân.</b></p> <p><i>Tập luyện cá nhân</i></p>  <p><i>Tập luyện cặp đôi.</i></p>  <p><i>Tập theo tổ nhóm</i></p>  <p><i>Thi đua giữa các tổ</i></p> <p><b>2. Trò chơi “Di chuyển tâng bóng tiếp sức”.</b></p>	<p>18-20 phút</p>	<p>-Gv tổ chức Hs chơi trò chơi.</p> <p>- GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kỹ thuật động tác.</p> <p>- Hồ nhíp và thực hiện động tác mẫu, hướng dẫn Hs thực hiện đt.</p> <p>- Gv quan sát, uốn nắn và sửa sai cho Hs.</p> <p>- Gv quan sát, giúp đỡ, sửa sai.</p> <p>- Gv quan sát, giúp đỡ, sửa sai.</p> <p>- Yêu cầu Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực.</p> <p>- Gv quan sát, uốn nắn, sửa sai cho Hs.</p> <p>- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.</p> <p>-Tuyên dương tổ tập đều, đúng nhất.</p>	<pre> X       ▲ X </pre> <p>- Hs chơi đúng luật, nhiệt tình sôi nổi và đảm bảo an toàn.</p> <p>- Hs lắng nghe, tiếp thu và ghi nhớ.</p> <p>- Tập luyện theo sự hướng dẫn của Gv.</p> <pre> X       ▲ </pre>  <p>- Hs tự tập luyện.</p> <p>- Hs thay phiên nhau hồ nhíp.</p> <p>- Qun sát, nhận xét, giúp đỡ bạn sửa sai.</p> <p>- Từng tổ lên thi đua - trình diễn</p> <pre> X       ▲ X X X X </pre>
	<p>2L x 8N  3-4</p>		



phút

**IV. Hoạt động vận dụng**

\* Vận dụng kiến thức:

- Hs quan sát tranh, ảnh.



**V. Hoạt động kết thúc.**

- Thả lỏng cơ toàn thân.
- Củng cố hệ thống bài học.
- Nhận xét và hướng dẫn tập luyện ở nhà.
- Xuống lớp.

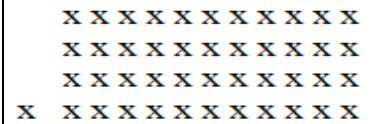
- GV nêu tên trò chơi, phổ biến luật chơi, cách chơi.
- Cùng hs nhắc lại luật chơi và cách chơi.
- Cho Hs chơi thử.
- Tổ chức cho Hs chơi.

- Gv nêu câu hỏi.
- + Em hãy nêu tên động tác và thực hiện động tác.

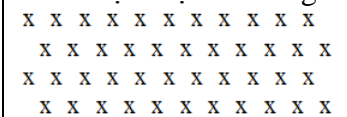
- GV hướng dẫn.
- Gv cùng hs hệ thống lại bài.
- Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của Hs.

- 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.

- HS quan sát tranh ảnh và trả lời câu hỏi của Gv.



- HS thực hiện thả lỏng





## ÔN ĐỘNG TÁC TĂNG BÓNG BẰNG MU BÀN CHÂN (tiết 52)

### I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

#### 1. Năng lực

- Biết khẩu lệnh và cách thức thực hiện được động tác tăng bóng bằng mu bàn chân, biết cách chơi trò chơi, để thực hiện nhiệm vụ học tập.
- Hình thành và phát triển năng lực tự chủ và tự học: Thông qua việc tự xem trước khẩu lệnh, quan sát tranh ảnh cách thực hiện động tác tăng bóng bằng mu bàn chân trong sách giáo khoa.
- Hình thành và phát triển năng lực giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.
- Hình thành và phát triển năng lực chăm sóc sức khỏe: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân trước, trong và sau khi tập để đảm bảo an toàn trong tập luyện, biết điều chỉnh chế độ dinh dưỡng đảm bảo cho cơ thể.
- Hình thành và phát triển năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo: Thông qua việc thực hiện được động tác tăng bóng bằng mu bàn chân. Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện.


#### 2. Phẩm chất: Bài học góp phần bồi dưỡng cho học sinh các phẩm chất.

- Tự giác, tích cực, chăm chỉ, đoàn kết và giúp đỡ bạn trong tập luyện và hoạt động tập thể; hoàn thành lượng vận động.

### II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

- Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh động tác tăng bóng bằng mu bàn chân, 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
<p><b>I. Hoạt động mở đầu</b></p> <p><b>1. Nhận lớp</b></p> <p><b>2. Khởi động</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân tập.</li> <li>- Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... kéo giãn cơ.</li> </ul> <p><b>3. Trò chơi.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Trò chơi “<i>Dẫn bóng theo nhóm</i>”.</li> </ul> <p><small>Trò chơi “Dẫn bóng theo nhóm”</small></p>  <p style="text-align: center;">15 - 20m</p>	<p>6-10 phút</p> <p>1-2 phút</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Phổ biến nội dung, nhiệm vụ và yêu cầu giờ học.</li> <li>- GV di chuyển và quan sát, chỉ dẫn cho HS thực hiện.</li> <li>-Gv tổ chức Hs chơi trò chơi.</li> <li>- Gv quan sát, giúp đỡ, sửa sai.</li> <li>- Gv quan sát, giúp đỡ, sửa sai.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp học cho Gv.</li> </ul> <p style="text-align: center;">                 x x x x x x x x x x x x                  x x x x x x x x x x x x                  x x x x x x x x x x x x                  x x x x x x x x x x x x             </p> <p style="text-align: center;">▲</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hs chơi đúng luật, nhiệt tình sôi nổi và đảm bảo an toàn.</li> <li>- Hs tự tập luyện.</li> <li>- Hs thay phiên nhau hô nhịp.</li> <li>- Qun sát, nhận xét, giúp đỡ bạn sửa sai.</li> </ul>
<p><b>II. Hoạt động luyện tập.</b></p> <p><b>1. Động tác tăng bóng bằng mu bàn chân.</b></p> <p><i>Tập luyện cá nhân</i></p>			





Tập luyện cặp đôi.

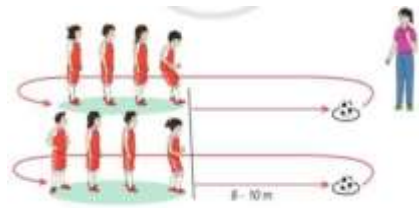


Tập theo tổ nhóm



Thi đua giữa các tổ

**2.Trò chơi “Di chuyển tầng bóng tiếp sức”.**



**III. Hoạt động vận dụng**

\* Vận dụng kiến thức:

- Hs quan sát tranh, ảnh.



**IV. Hoạt động kết thúc.**

- Thả lỏng cơ toàn thân.

- Cùng cô hệ thống bài học.

- Nhận xét và hướng dẫn tập luyện ở nhà.

- Xuống lớp.

18-20  
phút

- Yêu cầu Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực.  
- Gv quan sát, uốn nắn, sửa sai cho Hs.

- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.  
-Tuyên dương tổ tập đều, đúng nhất.

- GV nêu tên trò chơi, phổ biến luật chơi, cách chơi.  
- Cùng hs nhắc lại luật chơi và cách chơi.  
- Cho Hs chơi thử.  
- Tổ chức cho Hs chơi.

2L x  
8N

3-4  
phút

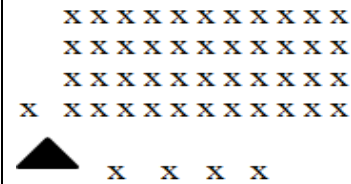
- Gv nêu câu hỏi.  
+ Em hãy cho biết đâu là động tác tầng bóng bằng mu bàn chân? hãy thực hiện động tác.

- GV hướng dẫn.

- Gv cùng hs hệ thống lại bài.

- Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của Hs.

- Từng tổ lên thi đua - trình diễn

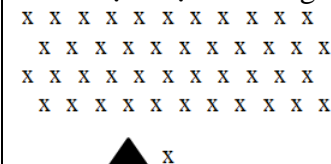


- Hs nhắc lại luật chơi, cách chơi.  
- Hs tiến hành chơi trò chơi dưới sự chỉ huy của Gv.  
- Chơi trò đúng luật, nhiệt tình, sôi nổi và an toàn.

- HS quan sát tranh ảnh và trả lời câu hỏi của Gv.



- HS thực hiện thả lỏng



Ngày 2 tháng 3 năm 2024  
Kí duyệt của Tổ Trưởng



**Huỳnh Thị Yến Trang**

**TUẦN 27**

### **CHỦ ĐỀ 4: THỂ THAO TỰ CHỌN (BÓNG ĐÁ)**

#### **ÔN ĐỘNG TÁC TẦNG BÓNG BẰNG MU BÀN CHÂN (tiết 53)**

#### **I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT**

##### **1. Năng lực**

- Biết khẩu lệnh và cách thức thực hiện được động tác tầng bóng bằng mu bàn chân, biết cách chơi trò chơi, để thực hiện nhiệm vụ học tập.
- Hình thành và phát triển năng lực tự chủ và tự học: Thông qua việc tự xem trước khẩu lệnh, quan sát tranh ảnh cách thực hiện động tác tầng bóng bằng mu bàn chân trong sách giáo khoa.
- Hình thành và phát triển năng lực giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.
- Hình thành và phát triển năng lực chăm sóc sức khỏe: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân trước, trong và sau khi tập để đảm bảo an toàn trong tập luyện, biết điều chỉnh chế độ dinh dưỡng đảm bảo cho cơ thể.
- Hình thành và phát triển năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo: Thông qua việc thực hiện được động tác tầng bóng bằng mu bàn chân. Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện.

##### **2. Phẩm chất:** Bài học góp phần bồi dưỡng cho học sinh các phẩm chất.



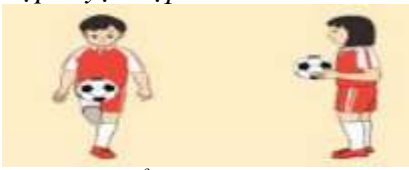

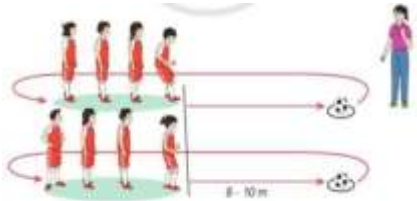

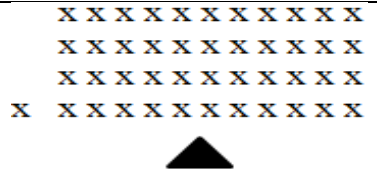
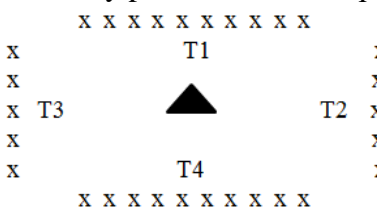
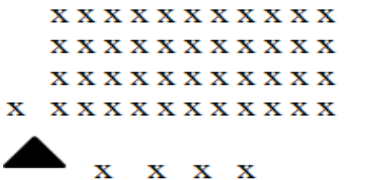
- Tự giác, tích cực, chăm chỉ, đoàn kết và giúp đỡ bạn trong tập luyện và hoạt động tập thể; hoàn thành lượng vận động.

#### **II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC**

- Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh động tác tầng bóng bằng mu bàn chân, 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
<b>I. Hoạt động mở đầu</b> <b>1. Nhận lớp</b> <b>2. Khởi động</b> - Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân tập.	6-10 phút 1-2 phút	- 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.

<p>- Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... kéo giãn cơ.</p> <p><b>3. Trò chơi.</b></p> <p>- Trò chơi “<i>Dẫn bóng theo nhóm</i>”.</p> <p><i>Trò chơi “Dẫn bóng theo nhóm”</i></p>  <p><b>II. Hoạt động luyện tập.</b></p> <p><b>1. Động tác tâng bóng bằng mu bàn chân.</b></p> <p><i>Tập luyện cá nhân</i></p>  <p><i>Tập luyện cặp đôi.</i></p>  <p><i>Tập theo tổ nhóm</i></p>  <p><i>Thi đua giữa các tổ</i></p> <p><b>2.Trò chơi “<i>Di chuyển tâng bóng tiếp sức</i>”.</b></p>  <p><b>III. Hoạt động vận dụng</b></p> <p>* Vận dụng kiến thức:</p> <p>- Hs quan sát tranh, ảnh.</p>  <p><b>IV. Hoạt động kết thúc.</b></p>	<p>2Lx8 N</p> <p>18-20 phút</p> <p>2L x 8N</p> <p>3-4 phút</p>	<p>-Gv tổ chức Hs chơi trò chơi.</p> <p>- Gv quan sát, giúp đỡ, sửa sai.</p> <p>- Gv quan sát, giúp đỡ, sửa sai.</p> <p>- Yêu cầu Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực.</p> <p>- Gv quan sát, uốn nắn, sửa sai cho Hs.</p> <p>- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.</p> <p>-Tuyên dương tổ tập đều, đúng nhất.</p> <p>- GV nêu tên trò chơi, phổ biến luật chơi, cách chơi.</p> <p>- Cùng hs nhắc lại luật chơi và cách chơi.</p> <p>- Cho Hs chơi thử.</p> <p>- Tổ chức cho Hs chơi.</p> <p>- Gv nêu câu hỏi.</p> <p>+ Em hãy nêu tên động tác</p>	 <p>- Hs chơi đúng luật, nhiệt tình sôi nổi và đảm bảo an toàn.</p> <p>Hs tự tập luyện.</p> <p>- Hs thay phiên nhau hô nhịp.</p> <p>- Quan sát, nhận xét, giúp đỡ bạn sửa sai.</p> <p>- Hs thay phiên nhau hô nhịp.</p>  <p>- Từng tổ lên thi đua - trình diễn</p>  <p>Hs nhắc lại luật chơi, cách chơi.</p> <p>- Hs tiến hành chơi trò chơi dưới sự chỉ huy của Gv.</p> <p>- Chơi trò đúng luật, nhiệt tình, sôi nổi và an toàn.</p> <p>- HS quan sát tranh ảnh và trả lời câu hỏi của Gv.</p>
---	--	--	---

<ul style="list-style-type: none"> <li>- Thả lỏng cơ toàn thân.</li> <li>- Củng cố hệ thống bài học.</li> <li>- Nhận xét và hướng dẫn tập luyện ở nhà.</li> <li>- Xuống lớp.</li> </ul>	<p>và thực hiện động tác.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- GV hướng dẫn.</li> <li>- Gv cùng hs hệ thống lại bài.</li> <li>- Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của Hs.</li> <li>”.</li> </ul>	<pre> XXXXXXXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXXXXXXX X  XXXXXXXXXXXXXXX </pre> <p style="text-align: center;">▲</p> <p>- Hs cùng Gv hệ thống lại bài.</p>
---	--	--

## ÔN ĐỘNG TÁC TÂNG BÓNG BẰNG MU BÀN CHÂN (tiết 54)

### I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

#### 1. Năng lực

- Biết khẩu lệnh và cách thức thực hiện được động tác tâng bóng bằng mu bàn chân, biết cách chơi trò chơi, để thực hiện nhiệm vụ học tập.
- Hình thành và phát triển năng lực tự chủ và tự học: Thông qua việc tự xem trước khẩu lệnh, quan sát tranh ảnh cách thực hiện động tác tâng bóng bằng mu bàn chân trong sách giáo khoa.
- Hình thành và phát triển năng lực giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.
- Hình thành và phát triển năng lực chăm sóc sức khỏe: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân trước, trong và sau khi tập để đảm bảo an toàn trong tập luyện, biết điều chỉnh chế độ dinh dưỡng đảm bảo cho cơ thể.
- Hình thành và phát triển năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo: Thông qua việc thực hiện được động tác tâng bóng bằng mu bàn chân. Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện.

#### 2. Phẩm chất: Bài học góp phần bồi dưỡng cho học sinh các phẩm chất.

- Tự giác, tích cực, chăm chỉ, đoàn kết và giúp đỡ bạn trong tập luyện và hoạt động tập thể; hoàn thành lượng vận động.

### II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

- Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh động tác tâng bóng bằng mu bàn chân, 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
<p><b>I. Hoạt động mở đầu</b></p> <p><b>1. Nhận lớp</b></p> <p><b>2. Khởi động</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân tập.</li> <li>- Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... kéo giãn cơ</li> </ul>	<p>6-10 phút 1-2 phút</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Phổ biến nội dung, nhiệm vụ và yêu cầu giờ học.</li> <li>- GV di chuyển và quan sát, chỉ dẫn cho HS thực hiện.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp học cho Gv.</li> </ul> <pre> XXXXXXXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXXXXXXX X  XXXXXXXXXXXXXXX </pre> <p style="text-align: center;">▲</p>

### 3. Trò chơi.

- Trò chơi “*Dẫn bóng theo nhóm*”.

Trò chơi “*Dẫn bóng theo nhóm*”



## II. Hoạt động luyện tập.

### 1. Động tác tâng bóng bằng mu bàn chân.

*Tập luyện cá nhân*



*Tập luyện cặp đôi.*

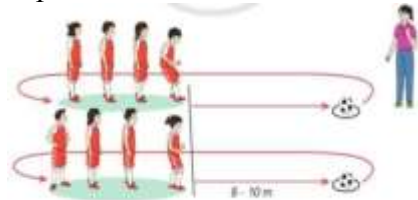


*Tập theo tổ nhóm*



*Thi đua giữa các tổ*

### 2. Trò chơi “*Di chuyển tâng bóng tiếp sức*”.



## III. Hoạt động vận dụng

\* Vận dụng kiến thức:

- Hs quan sát tranh, ảnh.

18-20  
phút

2L x  
8N

3-4  
phút

- Gv tổ chức Hs chơi trò chơi.

- Gv quan sát, giúp đỡ, sửa sai.

- Gv quan sát, giúp đỡ, sửa sai.

- Yêu cầu Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực.

- Gv quan sát, uốn nắn, sửa sai cho Hs.

- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.

- Tuyên dương tổ tập đều, đúng nhất.

- GV nêu tên trò chơi, phổ biến luật chơi, cách chơi.

- Cùng hs nhắc lại luật chơi và cách chơi.

- Cho Hs chơi thử.

- Tổ chức cho Hs chơi.

- Gv nêu câu hỏi.

+ Em cần chú ý điều gì khi tâng bóng bằng mu bàn chân?

- Cán sự điều khiển lớp khởi động .

X X X X X X X X X X X  
X X X X X X X X X X X  
X X X X X X X X X X X  
X X X X X X X X X X X



- Hs chơi đúng luật, nhiệt tình sôi nổi và đảm bảo an toàn.

- Hs tự tập luyện.

- Hs thay phiên nhau hô nhịp.

- Quan sát, nhận xét, giúp đỡ bạn sửa sai.

- Hs thay phiên nhau hô nhịp.

X X X X X X X X X X  
X T1 X  
X X X X X X X X X X  
X T3 X T2 X  
X X X X X X X X X X  
X T4 X


- 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.

- HS quan sát tranh ảnh và trả

 <p><b>IV. Hoạt động kết thúc.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Thả lỏng cơ toàn thân.</li> <li>- Củng cố hệ thống bài học.</li> <li>- Nhận xét và hướng dẫn tập luyện ở nhà.</li> <li>- Xuống lớp.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- GV hướng dẫn.</li> <li>- Gv cùng hs hệ thống lại bài.</li> </ul>	<p>lời câu hỏi của Gv.</p> <p>x x x x x x x x x x x x x x</p> <p>x x x x x x x x x x x x x x</p> <p>x x x x x x x x x x x x x x</p> <p>x x x x x x x x x x x x x x</p> <p>▲</p> <p>- HS thực hiện thả lỏng</p> <p>x x x x x x x x x x x x x x</p> <p>x x x x x x x x x x x x x x</p> <p>x x x x x x x x x x x x x x</p> <p>x x x x x x x x x x x x x x</p> <p>▲ x</p>
---	---	---

**Ngày 2 tháng 3 năm 2024**  
**Kí duyệt của Tổ Trưởng**  
  
**Huỳnh Thị Yên Trang**



## TUẦN 28

### ĐỘNG TÁC DỪNG BÓNG LĂN SỆT BẰNG LÒNG BÀN CHÂN (tiết 55)

#### I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

##### 1. Năng lực

- Biết khẩu lệnh và cách thức thực hiện được động tác dừng bóng lăn sệt bằng lòng bàn chân, biết cách chơi trò chơi, để thực hiện nhiệm vụ học tập.
- Hình thành và phát triển năng lực tự chủ và tự học: Thông qua việc tự xem trước khẩu lệnh, quan sát tranh ảnh cách thực hiện động tác dừng bóng lăn sệt bằng lòng bàn chân trong sách giáo khoa.
- Hình thành và phát triển năng lực giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.
- Hình thành và phát triển năng lực chăm sóc sức khỏe: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân trước, trong và sau khi tập để đảm bảo an toàn trong tập luyện, biết điều chỉnh chế độ dinh dưỡng đảm bảo cho cơ thể.
- Hình thành và phát triển năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo: Thông qua việc thực hiện được động tác dừng bóng lăn sệt bằng lòng bàn chân. Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện.


##### 2. Phẩm chất: Bài học góp phần bồi dưỡng cho học sinh các phẩm chất.

- Tự giác, tích cực, chăm chỉ, đoàn kết và giúp đỡ bạn trong tập luyện và hoạt động tập thể; hoàn thành lượng vận động.

#### II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

- Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh động tác dừng bóng lăn sệt bằng lòng bàn chân, 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

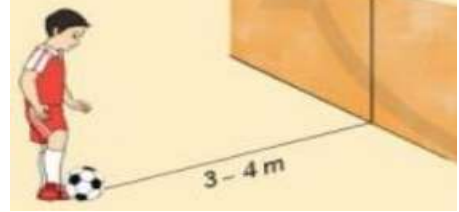
Nội dung	LV Đ	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
<p><b>I. Hoạt động mở đầu</b></p> <p><b>1. Nhận lớp</b></p> <p><b>2. Khởi động</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân tập.</li><li>- Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... kéo giãn cơ.</li></ul> <p><b>3. Trò chơi.</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Trò chơi “<i>Đội tăng bóng khéo</i>”.</li></ul> 	6-10 phút	<ul style="list-style-type: none"><li>- Phổ biến nội dung, nhiệm vụ và yêu cầu giờ học.</li><li>- GV di chuyển và quan sát, chỉ dẫn cho HS thực hiện.</li><li>-Gv tổ chức Hs chơi trò chơi.</li><li>- GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kỹ thuật động tác.</li><li>- Hô nhịp và thực hiện động tác mẫu, hướng dẫn</li></ul>	<p>Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp học cho Gv.</p> <p>X X</p> <p style="text-align: center;">▲</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Hs chơi đúng luật, nhiệt tình sôi nổi và đảm bảo an toàn</li><li>- Hs lắng nghe, tiếp thu và ghi nhớ.</li><li>- Tập luyện theo sự hướng dẫn của Gv.</li></ul>
<p><b>II. Hoạt động hình thành kiến thức.</b></p> <p><b>1. Động tác dừng bóng lăn sệt bằng lòng bàn chân.</b></p>			



+ TTCB: Đứng tự nhiên mắt quan sát bóng đến.  
 + Động tác: Khi bóng lăn đến, xoay mũi bàn chân trụ (chân không thuận) về hướng bóng, hơi chùng gối, nhấc chân thuận hướng lòng bàn chân về phía bóng đến để đón bóng. Khi lòng bàn chân tiếp xúc bóng, kéo nhẹ bàn chân về sau để giảm sự tác động của bóng.  
 + Kết thúc: Về tư thế đứng nghiêm.

**III. Hoạt động luyện tập.**  
**1. Động tác dừng bóng lăn sệt bằng lòng bàn chân.**

*Tập luyện cá nhân*



*Tập luyện cặp đôi.*



*Tập theo tổ nhóm*



*Thi đua giữa các tổ*  
**2. Trò chơi “Chuyền và dừng bóng tiếp sức”.**



**IV. Hoạt động vận dụng**  
 \* Vận dụng kiến thức:  
 - Hs quan sát tranh, ảnh.

18-20 phút

2L x 8N

Hs thực hiện đt.  
 - Gv quan sát, uốn nắn và sửa sai cho Hs.

- Gv quan sát, giúp đỡ, sửa sai.

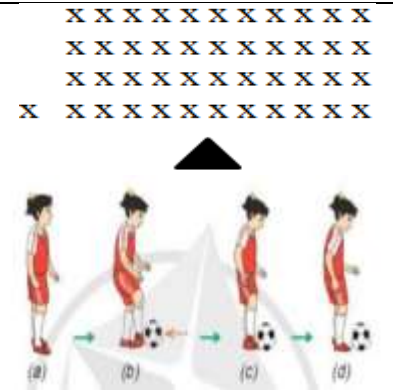
- Gv quan sát, giúp đỡ, sửa sai.

- Yêu cầu Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực.  
 - Gv quan sát, uốn nắn, sửa sai cho Hs.

- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.  
 - Tuyên dương tổ tập đều, đúng nhất.

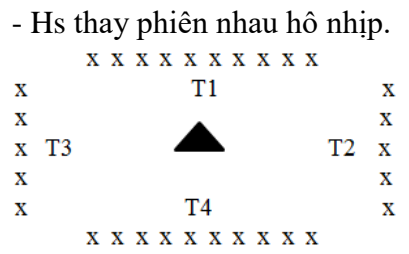
- GV nêu tên trò chơi, phổ biến luật chơi, cách chơi.  
 - Cùng hs nhắc lại luật chơi và cách chơi.  
 - Cho Hs chơi thử.  
 - Tổ chức cho Hs chơi.

- Gv nêu câu hỏi.  
 + Em hãy nêu tên động tác và thực hiện động tác.




- Hs tự tập luyện.

- Hs thay phiên nhau hô nhịp.  
 - Quan sát, nhận xét, giúp đỡ bạn sửa sai.



- 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.

- HS quan sát tranh ảnh và trả lời câu hỏi của Gv.

 <p><b>V. Hoạt động kết thúc.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Thả lỏng cơ toàn thân.</li> <li>- Cùng cố hệ thống bài học.</li> <li>- Nhận xét và hướng dẫn tập luyện ở nhà.</li> <li>- Xuống lớp.</li> </ul>	<p>3-4 phút</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- GV hướng dẫn.</li> <li>- Gv cùng hs hệ thống lại bài.</li> <li>- Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của Hs.</li> </ul>	<pre> XXXXXXXXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXXXXXXXX X  XXXXXXXXXXXXXXXX       ▲ - HS thực hiện thả lỏng XXXXXXXXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXXXXXXXX       ▲ X </pre>
--	-----------------	--	---

## ÔN ĐỘNG TÁC DỪNG BÓNG LĂN SỆT BẰNG LÒNG BÀN CHÂN (tiết 56)

### I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

#### 1. Năng lực

- Biết khẩu lệnh và cách thức thực hiện được động tác dừng bóng lăn sệt bằng lòng bàn chân, biết cách chơi trò chơi, để thực hiện nhiệm vụ học tập.
- Hình thành và phát triển năng lực tự chủ và tự học: Thông qua việc tự xem trước khẩu lệnh, quan sát tranh ảnh cách thực hiện động tác dừng bóng lăn sệt bằng lòng bàn chân trong sách giáo khoa.
- Hình thành và phát triển năng lực giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.
- Hình thành và phát triển năng lực chăm sóc sức khỏe: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân trước, trong và sau khi tập để đảm bảo an toàn trong tập luyện, biết điều chỉnh chế độ dinh dưỡng đảm bảo cho cơ thể.
- Hình thành và phát triển năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo: Thông qua việc thực hiện được động tác dừng bóng lăn sệt bằng lòng bàn chân. Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện.





#### 2. Phẩm chất: Bài học góp phần bồi dưỡng cho học sinh các phẩm chất.

- Tự giác, tích cực, chăm chỉ, đoàn kết và giúp đỡ bạn trong tập luyện và hoạt động tập thể; hoàn thành lượng vận động.

### II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

- Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh động tác dừng bóng lăn sệt bằng lòng bàn chân, 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
<p><b>I. Hoạt động mở đầu</b></p> <p><b>1. Nhận lớp</b></p> <p><b>2. Khởi động</b></p> <p>- Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân tập.</p> <p>- Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... kéo giãn cơ.</p> <p><b>3. Trò chơi.</b></p> <p>- Trò chơi “<i>Đội tâng bóng khéo</i>”.</p> 	6-10 phút	<p>- Phổ biến nội dung, nhiệm vụ và yêu cầu giờ học.</p> <p>- GV di chuyển và quan sát, chỉ dẫn cho HS thực hiện.</p> <p>- Gv tổ chức Hs chơi trò chơi.</p>	<p>Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp học cho Gv.</p> <p>XXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXX</p> <p style="text-align: center;">▲</p> <p>- Hs chơi đúng luật, nhiệt tình sôi nổi và đảm bảo an toàn</p>
<p><b>II. Hoạt động hình thành kiến thức.</b></p> <p><b>1. Ôn động tác dừng bóng lăn sệt bằng lòng bàn chân.</b></p> <p>+ TTCB: Đứng tự nhiên mắt quan sát bóng đến.</p> <p>+ Động tác: Khi bóng lăn đến, xoay mũi bàn chân trụ (chân không thuận) về hướng bóng, hơi chùng gối, nhắc chân thuận hướng lòng bàn chân về phía bóng đến để đón bóng. Khi lòng bàn chân tiếp xúc bóng, kéo nhẹ bàn chân về sau để giảm sự tác động của bóng.</p> <p>+ Kết thúc: Về tư thế đứng nghiêm.</p>	18-20 phút	<p>- GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kỹ thuật động tác.</p> <p>- Hô nhịp và thực hiện động tác mẫu, hướng dẫn Hs thực hiện đt.</p> <p>- Gv quan sát, uốn nắn và sửa sai cho Hs.</p> <p>- Gv quan sát, giúp đỡ, sửa sai.</p> <p>- Gv quan sát, giúp đỡ, sửa sai.</p>	<p>- Hs lắng nghe, tiếp thu và ghi nhớ.</p> <p>- Tập luyện theo sự hướng dẫn của Gv.</p> <p>XXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXX</p> <p style="text-align: center;">▲</p>  <p>- Hs tự tập luyện.</p>
<p><b>III. Hoạt động luyện tập.</b></p> <p><b>1. Động tác dừng bóng lăn sệt bằng lòng bàn chân.</b></p> <p><i>Tập luyện cá nhân</i></p>  <p><i>Tập luyện cặp đôi.</i></p>  <p><i>Tập theo tổ nhóm</i></p>		<p>- Yêu cầu Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực.</p> <p>- Gv quan sát, uốn nắn, sửa sai cho Hs.</p>	<p>- Hs thay phiên nhau hô nhịp.</p> <p>- Quan sát, nhận xét, giúp đỡ bạn sửa sai.</p> <p>- Hs thay phiên nhau hô nhịp.</p>



Thi đua giữa các tổ

**2.Trò chơi “Chuyền và dừng bóng tiếp sức”.**

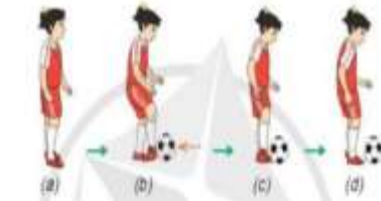
“Chuyền và dừng bóng tiếp sức”



**IV. Hoạt động vận dụng**

\* Vận dụng kiến thức:

- Hs quan sát tranh, ảnh.



**V. Hoạt động kết thúc.**

- Thả lỏng cơ toàn thân.
- Củng cố hệ thống bài học.
- Nhận xét và hướng dẫn tập luyện ở nhà.
- Xuống lớp.

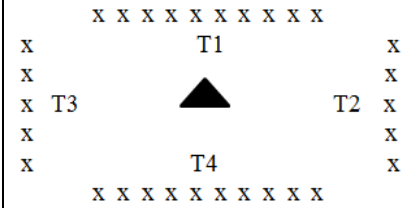
2L x  
8N  
  
3-4  
phút

- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.
- Tuyên dương tổ tập đều, đúng nhất.

- GV nêu tên trò chơi, phổ biến luật chơi, cách chơi.
- Cùng hs nhắc lại luật chơi và cách chơi.
- Cho Hs chơi thử.
- Tổ chức cho Hs chơi.

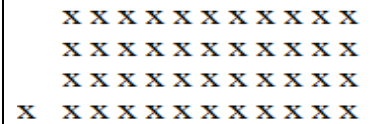
- Gv nêu câu hỏi.
- + Em hãy nêu tên động tác và thực hiện động tác.

- GV hướng dẫn.
- Gv cùng hs hệ thống lại bài.
- Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của Hs.

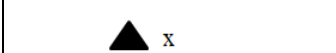


- Hs nhắc lại luật chơi, cách chơi.
- Hs tiến hành chơi trò chơi dưới sự chỉ huy của Gv.
- Chơi trò đúng luật, nhiệt tình, sôi nổi và an toàn.

- HS quan sát tranh ảnh và trả lời câu hỏi của Gv.



- HS thực hiện thả lỏng



Ngày 2 tháng 3 năm 2024  
Kí duyệt của Tổ Trưởng

Huỳnh Thị Yến Trang

Ngày 6 tháng 3 năm 2024  
Kí duyệt của  
Ban Giám Hiệu

Nguyễn Thị Thanh Hải