

CHỦ ĐỀ 1: ĐỘI HÌNH ĐỘI NGŨ
BÀI 1: BIẾN ĐỔI ĐỘI HÌNH TỪ MỘT VÒNG TRÒN
THÀNH HAI, BA VÒNG TRÒN VÀ NGƯỢC LẠI.
(Tiết 1)

Tuần 1

Ngày dạy:

I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT


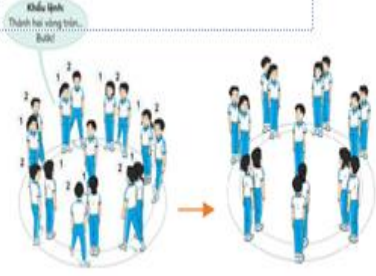
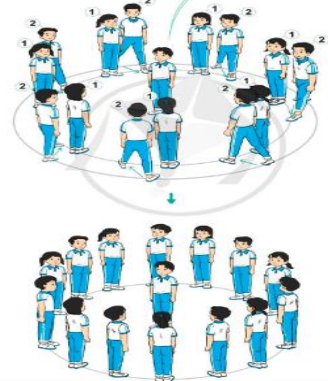
- Giới thiệu chương trình môn GDTC lớp 3; Biên chế tổ tập luyện; Học động tác biến đổi đội hình từ một vòng tròn thành hai vòng tròn và ngược lại. Hs biết khẩu lệnh và cách thức thực hiện động tác để thực hiện nhiệm vụ học tập.
- Đoàn kết, nghiêm túc, tích cực trong tập luyện và hoạt động tập thể.
- 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.
- Tự chủ và tự học: Tự xem trước khẩu lệnh, cách thực hiện biến đổi đội hình từ một vòng tròn thành 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.
- 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 biến đổi đội hình từ một vòng tròn thành hai vòng tròn và ngược lại, 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	6-10 phút 1-2 phút	<ul style="list-style-type: none"> - Nghe cán bộ lớp báo cáo. - Hỏi về sức khỏe của Hs. - Thầy trò chúc nhau. - Phổ biến nội dung, nhiệm vụ và yêu cầu giờ học. 	<ul style="list-style-type: none"> - 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		<ul style="list-style-type: none"> - GV di chuyển và quan sát, chỉ dẫn cho HS thực hiện. 	<p style="text-align: center;">GV</p> <p style="text-align: center;">* * * * *</p> <p style="text-align: center;">* * * * *</p> <p style="text-align: center;">* * * * *</p> <p style="text-align: center;">* * * * *</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cán sự điều khiển lớp khởi

<p>sân tập.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Tập bài võ 27 động tác. <p>3. Trò chơi.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Trò chơi “<i>Làm theo lời nói không làm theo hành động</i>”  <p>II. Hoạt động hình thành kiến thức.</p> <p>* Biến đổi đội hình từ một vòng tròn thành hai vòng tròn và ngược lại.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Từ một vòng tròn thành hai vòng tròn: <p>+ CB: ĐH một vòng tròn.</p> <p>+ Khẩu lệnh: Bạn A làm chuẩn, theo 1-2, 1-2,... đếm số.</p> <p>+ Động tác: Lần lượt từ bạn A quay mặt qua trái, hô to số của mình theo thứ tự 1-2, 1-2..., rồi quay mặt về tư thế ban đầu. Bạn cuuoois cùng hô to số của mình và hô “hết”.</p> <p>+ Động tác biến đổi: Số 1 làm chuẩn; số 2 bước chân phải lùi một bước chệch sang phải về sau số 1, sau đó thu chân trái xuống thành tư thế đứng nghiêm.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Từ hai vòng tròn trở về một vòng tròn: <p>+ Khẩu lệnh: “Về vị trí cũ...Bước!”.</p> <p>+ Động tác: Số 1 làm chuẩn; số 2 bước chân trái lên một bước chệch sang trái về vị trí cũ, sau đó thu chân phải lên thành tư thế đứng nghiêm.</p> <p>III. Hoạt động luyện tập.</p> <p>1. Biến đổi đội hình từ một</p>	<p>3-5 phút</p> <p>1-2 phút</p> <p>5-7 phút</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Gv tổ chức Hs chơi trò chơi. - 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. - Gv hô nhịp 1 lần và giao cán sự lớp hô. - Hs tập theo Gv. - Gv quan sát, sửa sai cho Hs. - 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. 	<p>động .</p> <ul style="list-style-type: none"> - Hs chơi đúng luật, nhiệt tình sôi nổi và đảm bảo an toàn. - Hs lắng nghe, tiếp thu và ghi nhớ. - Tập luyện theo sự hướng dẫn của Gv. <p style="text-align: center;">GV</p> <p style="text-align: center;">* * * * *</p> <p style="text-align: center;">* * * * *</p> <p style="text-align: center;">* * * * *</p> <p style="text-align: center;">* * * * *</p>  
---	---	--	---

<p>vòng tròn thành hai vòng tròn và ngược lại. <i>Tập đồng loạt</i></p> <p><i>Tập theo tổ nhóm</i></p> <p><i>Thi đua giữa các tổ</i></p> <p>2.Trò chơi “Kết bạn”</p>  <p>IV. Hoạt động kết thúc</p> <ul style="list-style-type: none"> - Thả lỏng cơ toàn thân. - Cùng cố hệ thống bài học (vận dụng). - Nhận xét và hướng dẫn tập luyện ở nhà. 	<p>10-15 phút 8-10 phút</p> <p>4-6 phút</p>	<ul style="list-style-type: none"> - 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. 	<pre> * GV - Hs tiến hành tập luyện theo sự hướng dẫn của Gv và cán sự lớp. - Hs thay phiên nhau hô nhịp. * * * * * * * * * * * * * * * GV * </pre> <p>- Từng tổ lên thi đua - trình diễn</p> <p>Hs nhắc lại luật chơi, cách chơi.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Hs tiến hành chơi trò chơi dưới sự chỉ huy của Gv. - Chơi trò đúng luật, nhiệt tình, sôi nổi và an toàn. <p>- HS thực hiện thả lỏng</p> <ul style="list-style-type: none"> - Hs cùng Gv hệ thống lại bài (HS quan sát SGK (tranh) trả lời) <p style="text-align: center;">GV</p> <pre> * </pre> <ul style="list-style-type: none"> - HS tập chung thực hiện theo hướng dẫn của GV và nhận hướng dẫn tập luyện ở nhà.
--	---	--	--

**BIẾN ĐỔI ĐỘI HÌNH TỪ MỘT VÒNG TRÒN
THÀNH HAI, BA VÒNG TRÒN VÀ NGƯỢC LẠI.
(Tiết 2)**

I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

- Học động tác biến đổi đội hình từ một vòng tròn thành ba 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.
- Tự chủ và tự học: Tự xem trước khẩu lệnh, cách thực hiện biến đổi đội hình từ một vòng tròn thành ba 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.
- 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 biến đổi đội hình từ một vòng tròn thành ba vòng tròn và ngược lại, 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,... - Tập bài võ 27 động tác. 3. Trò chơi. - Trò chơi “ <i>Làm theo lời nói</i> ”	6-10 phút 1-2 phút	- Nghe cán bộ lớp báo cáo. - Hỏi về sức khỏe của Hs. - Thầy 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 *
	3-5 phút	- 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.
	1-2 phút		

không làm theo hành động”



II. Hoạt động hình thành kiến thức.

* **Biến đổi đội hình từ một vòng tròn thành ba vòng tròn và ngược lại.**

- Từ một vòng tròn thành ba vòng tròn:

- + CB: ĐH một vòng tròn.
- + Khẩu lệnh: Bạn A làm chuẩn, theo 1-2-3, 1-2-3,... điểm số.
- + Động tác: Lần lượt từ bạn A quay mặt qua trái, hô to số của mình theo thứ tự 1-2-3, 1-2-3..., rồi quay mặt về tư thế ban đầu. Bạn cuối cùng hô to số của mình và hô “hết”.

+ Động tác biến đổi: Số 2 làm chuẩn; số 1 bước chân trái lên trước số 2, đồng thời số 3 bước chân phải về sau số. Sau đó, số 1 và số 3 thu chân còn lại về tư thế đứng nghiêm.

- Từ ba vòng tròn trở về một vòng tròn:

- + Khẩu lệnh: “Về vị trí cũ...Bước!”.
- + Động tác: Số 2 làm chuẩn; số 1 bước chân phải, đồng thời số 3 bước tiến chân trái về vị trí cũ. Sau đó số 1 và số 3 thu chân còn lại về tư thế đứng nghiêm.

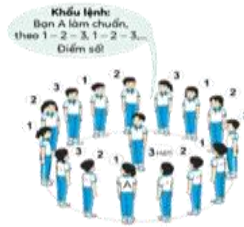
III. Hoạt động luyện tập.

1. Biến đổi đội hình từ một vòng tròn thành ba vòng tròn và ngược lại.

Tập đồng loạt

5-7 phút

- 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.



- Gv hô nhịp 1 lần và giao cán sự lớp hô.
- Hs tập theo Gv.
- Gv quan sát, sửa sai cho Hs.

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

10-15 phút
8-10 phút

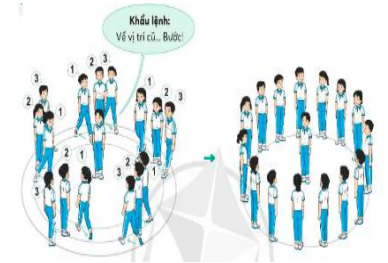
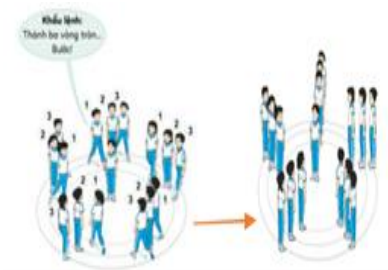
2-4 phút

- 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.

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

GV

* * * * *
* * * * *
* * * * *
* * * * *



* * * * *
* * * * *
* * * * *
* * * * *


GV

- Hs tiến hành tập luyện theo sự hướng dẫn của Gv và cán sự lớp.

- Hs thay phiên nhau hô nhịp.

* * * * *
* * * * *
* * * * *
* * * * *
* * * * *

- Từng tổ lên thi đua - trình

<p><i>Tập theo tổ nhóm</i></p> <p><i>Thi đua giữa các tổ</i></p> <p>2.Trò chơi “Kết bạn”</p>  <p>IV. Hoạt động kết thúc</p> <ul style="list-style-type: none"> - Thả lỏng cơ toàn thân. - Củng cố hệ thống bài học (vận dụng). - Nhận xét và hướng dẫn tập luyện ở nhà. 	<p>4-6 phút</p> <p>4-6 phút</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Tổ chức cho Hs chơi. - 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. 	<p>điền</p> <p>Hs nhắc lại luật chơi, cách chơi.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Hs tiến hành chơi trò chơi dưới sự chỉ huy của Gv. - Chơi trò đúng luật, nhiệt tình, sôi nổi và an toàn. - HS thực hiện thả lỏng - Hs cùng Gv hệ thống lại bài (HS quan sát SGK (tranh) trả lời) <p style="text-align: center;">GV</p> <pre style="text-align: center;">* * * * * * * * * * * * * * * * * * * *</pre> <ul style="list-style-type: none"> - HS tập chung thực hiện theo hướng dẫn của GV và nhận hướng dẫn tập luyện ở nhà.
--	---------------------------------	--	--

**BIẾN ĐỔI ĐỘI HÌNH TỪ MỘT VÒNG TRÒN
THÀNH HAI, BA VÒNG TRÒN VÀ NGƯỢC LẠI.
(Tiết 3)**

Tuần 2

Ngày dạy:

I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

- Ôn thực hiện động tác biến đổi đội hình từ một vòng tròn thành hai (ba) 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.
- Tự chủ và tự học: Tự xem trước khẩu lệnh, cách thực hiện biến đổi đội hình từ một vòng tròn thành hai (ba) 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.
- 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 biến đổi đội hình từ một vòng tròn thành hai (ba) vòng tròn và ngược lại, 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	6-10 phút		
1. Nhận lớp	1-2 phút	- Nghe cán bộ lớp báo cáo. - Hỏi về sức khỏe của Hs. - Thầy 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.
2. Khởi động			GV *
- Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân tập. - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...			
- Tập bài võ 27 động tác.	3-5 phút	- GV di chuyển và quan sát, chỉ dẫn cho HS thực hiện.	
3. Trò chơi.			- Cán sự điều khiển lớp khởi động .
- Trò chơi “Chim bay, cò bay”			
II. Hoạt động luyện tập.		-Gv tổ chức Hs chơi trò	- Hs chơi đúng luật, nhiệt tình

**BÀI 2: BIẾN ĐỔI ĐỘI HÌNH TỪ HÀNG DỌC THÀNH
MỘT HÀNG NGANG VÀ NGƯỢC LẠI.
(Tiết 5)**

Tuần 3

Ngày dạy:

I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

- Học động tác biến đổi đội hình từ một hàng dọc thành một hàng ngang 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.
- Tự chủ và tự học: Tự xem trước khẩu lệnh, cách thực hiện biến đổi đội hình từ một hàng dọc thành một 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.
- 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 biến đổi đội hình từ một hàng dọc thành một hàng ngang và ngược lại, 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,... - Tập bài võ 27 động tác. 3. Trò chơi. - Trò chơi “ <i>Lăn theo dấu chân</i> ”	6-10 phút 1-2 phút	- Nghe cán bộ lớp báo cáo. - Hỏi về sức khỏe của Hs. - Thầy 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 *
	3-5 phút	- GV di chuyển và quan sát, chỉ dẫn cho HS thực hiện.	- Cán sự điều khiển lớp khởi động .
	1-2 phút	-Gv tổ chức Hs chơi trò	- Hs chơi đúng luật, nhiệt tình sôi nổi và đảm bảo an toàn.



II. Hoạt động hình thành kiến thức.

*** Biến đổi đội hình từ một hàng dọc thành một hàng ngang và ngược lại.**

- Từ một hàng dọc thành một hàng ngang:

+ CB: ĐH một hàng dọc.

+ Khẩu lệnh: Thành một hàng ngang đi (chạy) thường ... Bước (Chạy)!

+ Động tác: Bắt đầu từ học sinh đầu hàng lần lượt đi (chạy) thường, đến vị trí của chỉ huy đứng lại tạo thành một hàng ngang.

- Từ một hàng ngang trở về một hàng dọc:

+ Khẩu lệnh: Thành một hàng dọc đi (chạy) thường ... Bước (Chạy)!

+ Động tác: Bắt đầu từ học sinh đầu hàng lần lượt đi (chạy) thường, đến vị trí của chỉ huy đứng lại tạo thành một hàng dọc.

III. Hoạt động luyện tập.

1. Biến đổi đội hình từ một hàng dọc thành một hàng ngang và ngược lại.

Tập đồng loạt

Tập theo tổ nhóm

Thi đua giữa các tổ

5-7 phút

10-15 phút
8-10 phút

2-4 phút

3-5 phút

chơi.

- 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.

- Gv hô nhịp 1 lần và giao cán sự lớp hô.

- Hs tập theo Gv.

- Gv quan sát, sửa sai cho Hs.

- 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 hướng dẫn.

- Gv cùng hs hệ thống lại bài (đưa câu hỏi).

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

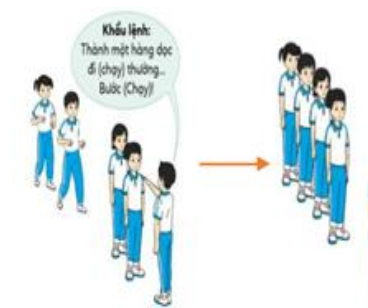
- HD sử dụng SGK để Hs

- Hs lắng nghe, tiếp thu và ghi nhớ.

- Tập luyện theo sự hướng dẫn của Gv.

GV

```
* * * * *
* * * * *
* * * * *
* * * * *
```



```
* * * * *
* * * * *
* * * * *
* * * * *
```

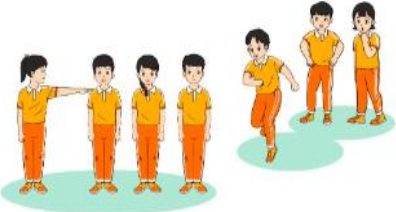
GV

- Hs tiến hành tập luyện theo sự hướng dẫn của Gv và cán sự lớp.

- Hs thay phiên nhau hô nhịp.

```
* * * * *
* * * * *
* * * * *
* * * * *
* * * * *
* * * * *
```

- Từng tổ lên thi đua - trình diễn

<p>2.Trò chơi “Tập hợp đội hình”</p>  <p>IV. Hoạt động kết thúc</p> <ul style="list-style-type: none"> - Thả lỏng cơ toàn thân. - Củng cố hệ thống bài học (vận dụng). - Nhận xét và hướng dẫn tập luyện ở nhà. 	<p>4-6 phút</p>	<p>ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.</p>	<p>Hs nhắc lại luật chơi, cách chơi.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Hs tiến hành chơi trò chơi dưới sự chỉ huy của Gv. - Chơi trò đúng luật, nhiệt tình, sôi nổi và an toàn. <ul style="list-style-type: none"> - HS thực hiện thả lỏng - Hs cùng Gv hệ thống lại bài (HS quan sát SGK (tranh) trả lời) <p style="text-align: center;">GV</p> <pre style="text-align: center;">* * * * * * * * * * * * * * * * * * * *</pre> <ul style="list-style-type: none"> - HS tập chung thực hiện theo hướng dẫn của GV và nhận hướng dẫn tập luyện ở nhà.
---	-----------------	--	--

ĐỘI HÌNH ĐỘI NGŨ
BÀI 2: BIẾN ĐỔI ĐỘI HÌNH TỪ HÀNG DỌC THÀNH
MỘT HÀNG NGANG VÀ NGƯỢC LẠI.

(Tiết 6)

I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

- Học động tác biến đổi đội hình từ hai (ba, bốn...) hàng dọc thành một hàng ngang 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 TĐTT.
- Tự chủ và tự học: Tự xem trước khẩu lệnh, cách thực hiện biến đổi đội hình từ hai (ba, bốn...) hàng dọc thành một 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.
- 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 biến đổi đội hình từ hai (ba, bốn...) hàng dọc thành một hàng ngang và ngược lại, 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>I. Hoạt động mở đầu</p> <p>1. Nhận lớp</p> <p>2. Khởi động</p> <ul style="list-style-type: none"> - Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân tập. - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Tập bài võ 27 động tác. <p>3. Trò chơi.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Trò chơi “<i>Lần theo dấu chân</i>” 	<p>6-10 phút</p> <p>1-2 phút</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Nghe cán bộ lớp báo cáo. - Hỏi về sức khỏe của Hs. - Thầy 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. - Cho HS quan sát tranh - GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật 	<ul style="list-style-type: none"> - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp học cho Gv. <li style="text-align: center;">GV <li style="text-align: center;">* * * * * <li style="text-align: center;">* * * * * <li style="text-align: center;">* * * * * <li style="text-align: center;">* * * * * - 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.

* **Biến đổi đội hình từ hai (ba, bốn...) hàng dọc thành một hàng ngang và ngược lại.**

- Từ hai (ba, bốn...) hàng dọc thành một hàng ngang:

+ CB: ĐH hai (ba, bốn...) hàng dọc.

+ Khẩu lệnh: Thành một hàng ngang đi (chạy) thường ... Bước (Chạy)!

+ Động tác: Bắt đầu từ học sinh đầu hàng của hàng dọc 1 lần lượt đi (chạy) thường, đến vị trí của chỉ huy đứng lại tạo thành một hàng ngang.

- Từ một hàng ngang trở về hai (ba, bốn...) hàng dọc:

+ Khẩu lệnh: Thành hai (ba, bốn...) hàng dọc đi (chạy) thường ... Bước (Chạy)!

+ Động tác: Bắt đầu từ học sinh đầu hàng của hàng ngang lần lượt đi (chạy) thường, đến vị trí của chỉ huy đứng lại tạo thành hai (ba, bốn, ...) hàng dọc.

III. Hoạt động luyện tập.

1. Biến đổi đội hình từ hai (ba, bốn...) hàng dọc thành một hàng ngang và ngược lại.

Tập đồng loạt

Tập theo tổ nhóm

5-7 phút

động tác.

- Hồ nhịp và thực hiện động tác mẫu, hướng dẫn Hs thực hiện đt.

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

- Gv hô nhịp 1 lần và giao cán sự lớp hô.

- Hs tập theo Gv.

- Gv quan sát, sửa sai cho Hs.

- 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 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.

10-15 phút

8-10 phút

- Hs lắng nghe, tiếp thu và ghi nhớ.

- Tập luyện theo sự hướng dẫn của Gv.

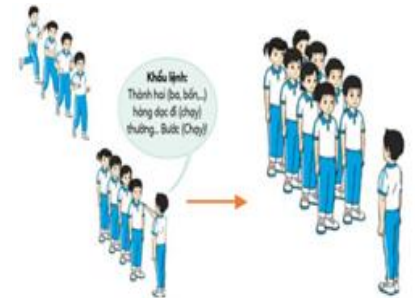
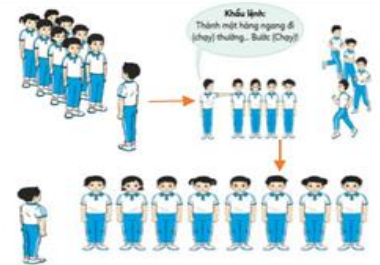
GV

* * * * *

* * * * *

* * * * *

* * * * *



* * * * *

* * * * *

* * * * *

* * * * *

GV

- Hs tiến hành tập luyện theo sự hướng dẫn của Gv và cán sự lớp.

- Hs thay phiên nhau hô nhịp.

* * * * *

* * * * *

* * * * *

* * * * *

* * * * *

* * * * *

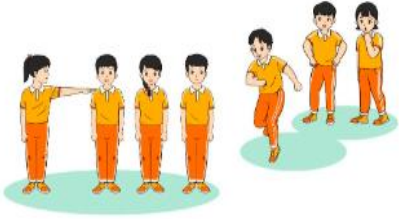
* * * * *

* * * * *

* * * * *

Thi đua giữa các tổ

2.Trò chơi “Tập hợp đội hình”



IV. Hoạt động kết thúc

- Thả lỏng cơ toàn thân.
- Củng cố hệ thống bài học (vận dụng).
- Nhận xét và hướng dẫn tập luyện ở nhà.

- 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 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.

**BÀI 2: BIẾN ĐỔI ĐỘI HÌNH TỪ HÀNG DỌC THÀNH
MỘT HÀNG NGANG VÀ NGƯỢC LẠI.**
(Tiết 7)

Tuần 4

Ngày dạy:

I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

- Ôn động tác biến đổi đội hình từ một (hai, ba, bốn...) hàng dọc thành một hàng ngang 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.
- Tự chủ và tự học: Tự xem trước khẩu lệnh, cách thực hiện biến đổi đội hình từ một (hai, ba, bốn...) hàng dọc thành một 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.
- 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.

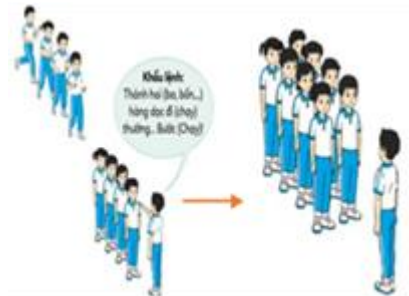
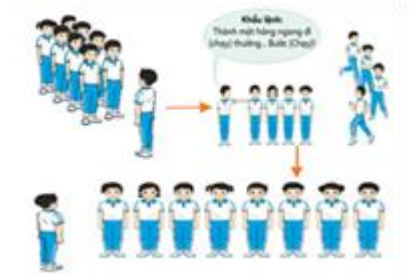
II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

- Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh động tác biến đổi đội hình từ một (hai, ba, bốn...) hàng dọc thành một hàng ngang và ngược lại, 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>I. Hoạt động mở đầu</p> <p>1. Nhận lớp</p> <p>2. Khởi động</p> <ul style="list-style-type: none"> - Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân tập. - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Tập bài võ 27 động tác. <p>3. Trò chơi.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Trò chơi “<i>Diệt các con vật có hại</i>” 	<p>6-10 phút</p> <p>1-2 phút</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Nghe cán bộ lớp báo cáo. - Hỏi về sức khỏe của Hs. - Thầy 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. 	<ul style="list-style-type: none"> - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp học cho Gv. <p style="text-align: center;">GV</p> <p style="text-align: center;">* * * * *</p> <p style="text-align: center;">* * * * *</p> <p style="text-align: center;">* * * * *</p> <p style="text-align: center;">* * * * *</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cán sự điều khiển lớp khởi động . - Hs chơi đúng luật, nhiệt tình sôi nổi và đảm bảo an toàn.
<p>II. Hoạt động luyện tập.</p> <p>1. Biến đổi đội hình từ một (hai, ba, bốn...) hàng dọc thành một hàng ngang và</p>	<p>18-22 phút</p> <p>12-15 phút</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Gv hô nhịp 1 lần và giao 	

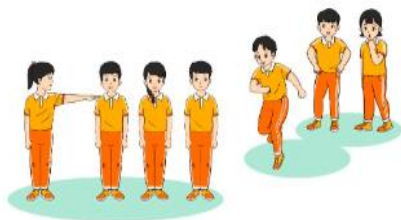
ngược lại.
Tập đồng loạt



Tập theo tổ nhóm

Thi đua giữa các tổ

2.Trò chơi “Tập hợp đội hình”



IV. Hoạt động kết thúc

- Thả lỏng cơ toàn thân.
- Củng cố hệ thống bài học (vận dụng).
- Nhận xét và hướng dẫn tập luyện ở nhà.

4-6 phút

cán sự lớp hồ.

- Hs tập theo Gv.
- Gv quan sát, sửa sai cho Hs.

- 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 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.

* * * * *
* * * * *
* * * * *
* * * * *

GV

- Hs tiến hành tập luyện theo sự hướng dẫn của Gv và cán sự lớp.

- Hs thay phiên nhau hô nhịp.

* * * * *
* * * * *
* * GV * *
* * * * *
* * * * *

- 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 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.

CHỦ ĐỀ 1: ĐỘI HÌNH ĐỘI NGŨ
BÀI 2: BIẾN ĐỔI ĐỘI HÌNH TỪ HÀNG DỌC THÀNH
MỘT HÀNG NGANG VÀ NGƯỢC LẠI.
(Tiết 8)

I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

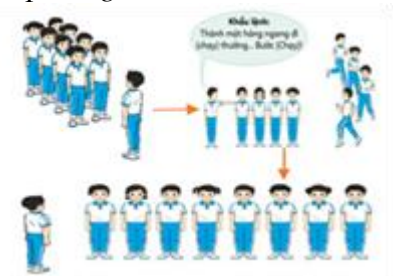
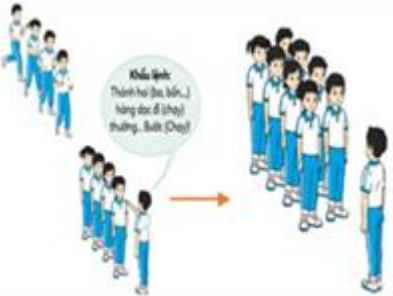

- Ôn động tác biến đổi đội hình từ một (hai, ba, bốn...) hàng dọc thành một hàng ngang và ngược lại. Hs biết khẩu lệnh và cách thức thực hiện động tác để thực hiện nhiệm vụ học tập.
- Đoàn kết, nghiêm túc, tích cực trong tập luyện và hoạt động tập thể.
- Tích cực tham gia các trò chơi vận động, có trách nhiệm trong khi chơi trò chơi và hình thành thói quen tập luyện TDTT.
- Tự chủ và tự học: Tự xem trước khẩu lệnh, cách thực hiện biến đổi đội hình từ một (hai, ba, bốn...) hàng dọc thành một 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.
- 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 biến đổi đội hình từ một (hai, ba, bốn...) hàng dọc thành một hàng ngang và ngược lại, 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,... - Tập bài võ 27 động tác. 3. Trò chơi. - Trò chơi “ <i>Diệt các con vật có hại</i> ”	6-10 phút 1-2 phút 3-5 phút	- Nghe cán bộ lớp báo cáo. - Hỏi về sức khỏe của Hs. - Thầy 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 *
II. Hoạt động luyện tập. 1. Biến đổi đội hình từ một (hai, ba, bốn...) hàng dọc thành một hàng ngang và		-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.

<p>ngược lại. Tập đồng loạt</p>  	<p>1-2 phút</p> <p>18-22 phút 12-15 phút</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Gv hô nhịp 1 lần và giao cán sự lớp hô. - Hs tập theo Gv. - Gv quan sát, sửa sai cho Hs. - 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. 	<pre> * GV - Hs tiến hành tập luyện theo sự hướng dẫn của Gv và cán sự lớp. - Hs thay phiên nhau hô nhịp. * * * * * * * * * * * * GV * * * * * * * * * * * * </pre>
<p>Tập theo tổ nhóm</p> <p>Thi đua giữa các tổ</p>	<p>4-6 phút</p>	<ul style="list-style-type: none"> - 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. 	<ul style="list-style-type: none"> - 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.
<p>2.Trò chơi “Tập hợp đội hình”</p>  <p>IV. Hoạt động kết thúc</p> <ul style="list-style-type: none"> - Thả lỏng cơ toàn thân. - Củng cố hệ thống bài học (vận dụng). - Nhận xét và hướng dẫn tập luyện ở nhà. 		<ul style="list-style-type: none"> - 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. 	<pre> GV * - HS tập chung thực hiện theo hướng dẫn của GV và nhận hướng dẫn tập luyện ở nhà. </pre>