

Tuần 18

Ngày dạy:

ĐỘNG TÁC VƯƠN THỞ

(tiết 35)

I. Mục tiêu bài học

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

- Tích cực trong tập luyện và hoạt động tập thể.
- Tích cực tham gia các trò chơi vận động và có trách nhiệm trong khi chơi trò chơi.

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước cách thực hiện động tác vươn thở trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong 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.
 - NL vận động cơ bản: Biết hô nhịp, cách thực hiện các động tác vươn thở đúng đúng nhịp và đúng phương hướng.
- Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện.
Thực hiện được động tác vươn thở.

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

- **Phương tiện:**



+ Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phục thể thao, còi phục vụ trò chơi.



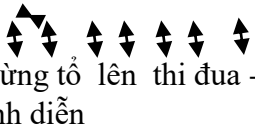
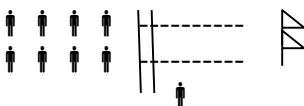
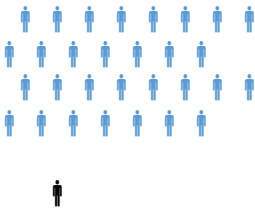
+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- Phương pháp dạy học chính: Làm mẫu, sử dụng lời nói, tập luyện, trò chơi và thi đấu.
- Hình thức dạy học chính: Tập luyện đồng loạt(tập thể), tập theo nhóm, tập luyện theo cặp đôi.

IV. Tiến trình dạy học

Nội dung	LV Đ	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Trò chơi “đứng ngồi theo lệnh”	5 – 7’	Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học - Gv HD học sinh khởi động.	Đội hình nhận lớp  - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV.
II. Phần cơ bản: Hoạt động 1 * Kiến thức. - Động tác vươn thở	2 x 8 N 20-25’	- GV hướng dẫn chơi Cho HS quan sát tranh Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu GV làm mẫu động tác kết	- Đội hình HS quan sát tranh 

 <p>Nhịp 5,6,7,8 thực hiện như nhịp 1,2,3,4 nhưng bước chân phải sang ngang</p> <p>*Luyện tập Tập đồng loạt</p> <p>Tập theo tổ nhóm</p> <p>Tập theo cặp đôi</p> <p>Thi đua giữa các tổ</p> <p>* Trò chơi “Lò cò tiếp sức”.</p> <p>III.Kết thúc</p> <p>* Thả lỏng cơ toàn thân.</p> <p>* Nhận xét, đánh giá chung của buổi học.</p> <p>Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà</p> <p>* Xuống lớp</p>	<p>2 x 8 N</p> <p>4- 5'</p>	<p>hợp phân tích kỹ thuật động tác.</p> <ul style="list-style-type: none"> - GV hô - HS tập theo Gv. - Gv quan sát, sửa sai cho HS. - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi. - Cho HS chơi thử và chơi chính thức. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn động tác vươn thở và chuẩn bị bài sau. 	 <p>HS quan sát GV làm mẫu</p> <p>- Đội hình tập luyện đồng loạt.</p> <p>ĐH tập luyện theo tổ</p> <p>GV</p> <p>-ĐH tập luyện theo cặp đôi</p>  <p>- Từng tổ lên thi đua - trình diễn</p>  <p>HS thực hiện thả lỏng</p> <p>- ĐH kết thúc</p> 
--	-----------------------------	--	---

ĐỘNG TÁC TAY

(tiết 36)

I. Mục tiêu bài học

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

- Tích cực trong tập luyện và hoạt động tập thể.
- Tích cực tham gia các trò chơi vận động và có trách nhiệm trong khi chơi trò chơi.

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước cách thực hiện động tác tay trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong 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.
- NL vận động cơ bản: Biết hô nhịp, cách thực hiện các động tác vươn thở đúng đúng nhịp và đúng phương hướng.

Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được động tác vươn thở.

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường




- **Phương tiện:**



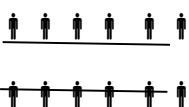
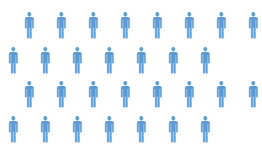
- + Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phụ thể thao, còi phục vụ trò chơi.
- + Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- Phương pháp dạy học chính: Làm mẫu, sử dụng lời nói, tập luyện, trò chơi và thi đấu.
- Hình thức dạy học chính: Tập luyện đồng loạt(tập thể), tập theo nhóm, tập luyện theo cặp đôi.

IV. Tiến trình dạy học

Nội dung	LV Đ	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Trò chơi “đứng ngòai theo lệnh”	5 – 7’	Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học - Gv HD học sinh khởi động.	Đội hình nhận lớp 
II. Phần cơ bản: - Ôn động tác vươn thở	2 x 8 N	- GV hướng dẫn chơi	↓ - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV.
 Nhịp 5,6,7,8 thực hiện như	20-25’	Cho HS quan sát tranh Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kỹ thuật động tác.	- Đội hình HS quan sát tranh 

<p>nhip 1,2,3,4 nhưng bước chân phải sang ngang</p> <p>* Kiến thức.</p> <p>- Động tác tay</p>  <p>Nhip 5,6,7,8 thực hiện như nhip 1,2,3,4 nhưng bước chân phải sang ngang</p> <p>*Luyện tập</p> <p>Tập đồng loạt</p> <p>Tập theo tổ nhóm</p> <p>Tập theo cặp đôi</p> <p>Thi đua giữa các tổ</p> <p>* Trò chơi “Kéo cưa lừa xẻ”.</p> <p>III.Kết thúc</p> <p>* Thả lỏng cơ toàn thân.</p> <p>* Nhận xét, đánh giá chung của buổi học.</p> <p>Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà</p> <p>* Xuống lớp</p>	<p>2 x 8 N</p> <p>4- 5’</p>	<ul style="list-style-type: none"> - GV hô - HS tập theo Gv. - Gv quan sát, sửa sai cho HS. - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi. - Cho HS chơi thử và chơi chính thức. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn động tác vươn thở và chuẩn bị bài sau. 	<p style="text-align: center;">↓</p> <p>HS quan sát GV làm mẫu</p> <p>- Đội hình tập luyện đồng loạt.</p> <p style="text-align: center;">ĐH tập luyện theo tổ</p> <p style="text-align: center;">GV</p> <p>-ĐH tập luyện theo cặp đôi</p>  <p>- Từng tổ lên thi đua - trình diễn</p>  <p>HS thực hiện thả lỏng</p> <p>- ĐH kết thúc</p>  <p style="text-align: center;">↓</p>
--	-----------------------------	--	--

Ngày 2 tháng 1 năm 2024
Kí duyệt của Tổ Trưởng



Huỳnh Thị Yến Trang

Tuần 19

Ngày dạy:

ĐỘNG TÁC CHÂN

(tiết 37)

I. Mục tiêu bài học

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

- Tích cực, chăm chỉ trong tập luyện và hoạt động tập thể.
- Tích cực tham gia các trò chơi vận động và có trách nhiệm trong khi chơi trò chơi.

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước cách thực hiện động tác chân trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong 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.
- NL vận động cơ bản: Biết hô nhịp, cách thực hiện các động tác chân đúng đúng nhịp và đúng phương hướng.

Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được động tác chân.

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

- **Phương tiện:**

+ Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phục thể thao, bóng, còi phục vụ trò chơi.

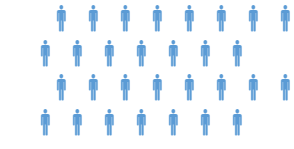

+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.



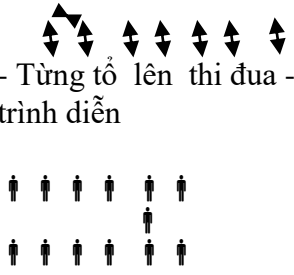
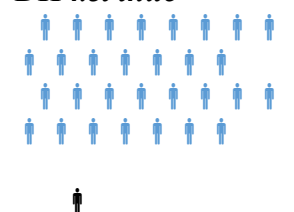
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- Phương pháp dạy học chính: Làm mẫu, sử dụng lời nói, tập luyện, trò chơi và thi đấu.

- Hình thức dạy học chính: Tập luyện đồng loạt(tập thể), tập theo nhóm, tập luyện theo cặp đôi.

IV. Tiến trình dạy học

Nội dung	LV Đ	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Trò chơi “Rồng rắn lên mây”	5 – 7’	Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp 
II. Phần cơ bản: * Ôn động tác: vươn thở, tay. - Ôn động tác vươn thở	2 x 8 N	- Gv HD học sinh khởi động.	↓ - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV
 Nhịp 5,6,7,8 thực hiện như	20-25’	- GV hướng dẫn chơi Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu GV làm mẫu động tác kết	HS quan sát GV làm mẫu

<p>nhịp 1,2,3,4 nhưng bước chân phải sang ngang - Ôn động tác tay</p>  <p>Nhịp 5,6,7,8 thực hiện như nhịp 1,2,3,4 nhưng bước chân phải sang ngang</p> <p>- Động tác chân</p>  <p>Nhịp 5,6,7,8 thực hiện như nhịp 1,2,3,4.</p> <p>*Luyện tập Tập đồng loạt</p> <p>Tập theo tổ nhóm</p> <p>Tập theo cặp đôi</p> <p>Thi đua giữa các tổ</p> <p>* Trò chơi “chuyền nhanh, nhảy nhanh”.</p> <p>III.Kết thúc</p> <p>* Thả lỏng cơ toàn thân. * Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà * Xuống lớp</p>	<p>2 x 8 N</p> <p>4- 5’</p>	<p>hợp phân tích kỹ thuật động tác.</p> <p>- GV hô - HS tập theo Gv. - Gv quan sát, sửa sai cho HS.</p> <p>- Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực.</p> <p>- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.</p> <p>- GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi. - Cho HS chơi thử và chơi chính thức. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - VN ôn các động tác đã học và chuẩn bị bài sau.</p>	<p>- Đội hình tập luyện đồng loạt.</p> <p style="text-align: center;">GV</p> <p>-ĐH tập luyện theo cặp đôi</p>  <p>- Từng tổ lên thi đua - trình diễn</p> <p>HS thực hiện thả lỏng</p> <p>- ĐH kết thúc</p> 
--	-----------------------------	--	---

ĐỘNG TÁC VẬN MÌNH

(tiết 38)

I. Mục tiêu bài học

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

- Tích cực trong tập luyện và hoạt động tập thể.
- Tích cực tham gia các trò chơi vận động và có trách nhiệm trong khi chơi trò chơi.

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước cách thực hiện động tác vận mình trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong 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.
- NL vận động cơ bản: Biết hô nhịp, cách thực hiện các động tác vận mình đúng đúng nhịp, đúng phương hướng và tích cực tham gia tập luyện.

Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được động tác vận mình.

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

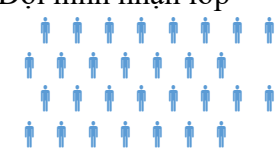
- **Phương tiện:**

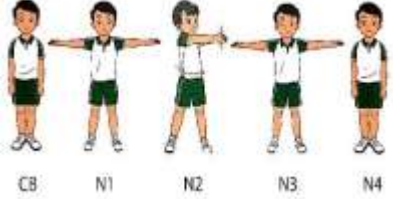

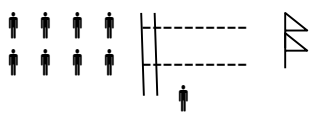
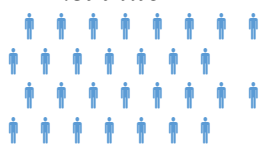
- + Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phục thể thao, còi phục vụ trò chơi.
- + Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- Phương pháp dạy học chính: Làm mẫu, sử dụng lời nói, tập luyện, trò chơi và thi đấu.
- Hình thức dạy học chính: Tập luyện đồng loạt (tập thể), tập theo nhóm, tập luyện theo cặp đôi.

IV. Tiến trình dạy học

Nội dung	LV Đ	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Trò chơi “đứng ngồi theo lệnh”	5 – 7’ 2 x 8 N	Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học - Gv HD học sinh khởi động.	Đội hình nhận lớp  - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV.
II. Phần cơ bản: Hoạt động 1 * Ôn 3 động tác: vươn thở, tay, chân. * Kiến thức. - Động tác vận mình	20-25’	- GV hướng dẫn chơi Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kỹ thuật	HS quan sát GV làm mẫu

 <p>Nhịp 5,6,7,8 thực hiện như nhịp 1,2,3,4 nhưng bước chân phải sang ngang</p> <p>*Luyện tập Tập đồng loạt</p> <p>Tập theo tổ nhóm</p> <p>Tập theo cặp đôi</p> <p>Thi đua giữa các tổ</p> <p>* Trò chơi “Lò cò tiếp sức”.</p> <p>III.Kết thúc</p> <p>* Thả lỏng cơ toàn thân. * Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà * Xuống lớp</p>	<p>2 x 8 N</p> <p>4- 5’</p>	<p>động tác.</p> <ul style="list-style-type: none"> - GV hô - HS tập theo Gv. - Gv quan sát, sửa sai cho HS. - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi. - Cho HS chơi thử và chơi chính thức. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn các động tác đã học và chuẩn bị bài sau. 	<p>- Đội hình tập luyện đồng loạt.</p> <p style="text-align: center;">GV</p> <p>-ĐH tập luyện theo cặp đôi</p>  <p>- Từng tổ lên thi đua - trình diễn</p>  <p>HS thực hiện thả lỏng</p> <p>- DH kết thúc</p> 
---	-----------------------------	---	--

Ngày 2 tháng 1 năm 2024
Kí duyệt của Tổ Trưởng



Huỳnh Thị Yến Trang

Tuần 20

Ngày dạy:

ĐỘNG TÁC LƯNG BỤNG

(tiết 39)

I. Mục tiêu bài học

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

- Tích cực trong tập luyện và hoạt động tập thể.
- Tích cực tham gia các trò chơi vận động và có trách nhiệm trong khi chơi trò chơi.

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước cách thực hiện động tác lưng bụng trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong 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.
 - NL vận động cơ bản: Biết hô nhịp, cách thực hiện các động tác lưng bụng đúng đúng nhịp, đúng phương hướng và tích cực tham gia tập luyện.
- Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được động tác lưng bụng.

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

- **Phương tiện:**

+ Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phục thể thao, còi phục vụ trò chơi.

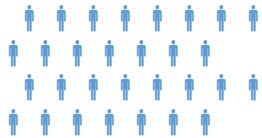
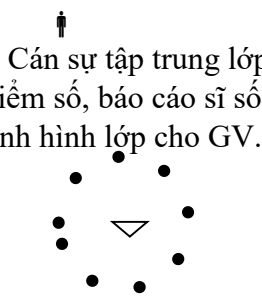
+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

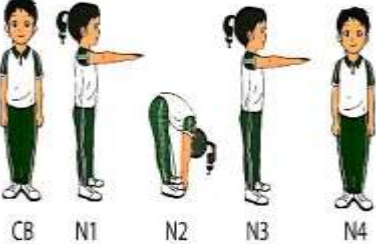

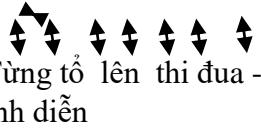
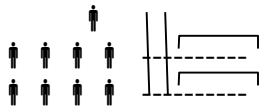
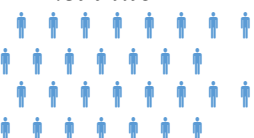
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- Phương pháp dạy học chính: Làm mẫu, sử dụng lời nói, tập luyện, trò chơi và thi đấu.

- Hình thức dạy học chính: Tập luyện đồng loạt(tập thể), tập theo nhóm, tập luyện theo cặp đôi.

IV. Tiến trình dạy học

Nội dung	LV Đ	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Trò chơi “mèo đuổi chuột”	5 – 7’	Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp 
II. Phần cơ bản: * Ôn động tác: vươn thở, tay, chân, vạ n mình. * Kiến thức. - Động tác lưng bụng	2 x 8 N 20-25’	- Gv HD học sinh khởi động. - GV hướng dẫn chơi Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu GV làm mẫu động tác kết	 - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV.

 <p>Nhịp 5,6,7,8 thực hiện như nhịp 1,2,3,4 nhưng bước chân phải sang ngang</p> <p>*Luyện tập Tập đồng loạt</p> <p>Tập theo tổ nhóm</p> <p>Tập theo cặp đôi</p> <p>Thi đua giữa các tổ</p> <p>* Trò chơi “qua cầu tiếp sức”.</p> <p>III.Kết thúc</p> <p>* Thả lỏng cơ toàn thân. * Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà * Xuống lớp</p>	<p>2 x 8 N</p> <p>4- 5’</p>	<p>hợp phân tích kỹ thuật động tác.</p> <ul style="list-style-type: none"> - GV hô - HS tập theo Gv. - Gv quan sát, sửa sai cho HS. - Yc Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi. - Cho HS chơi thử và chơi chính thức. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn các động tác đã học và chuẩn bị bài sau. 	<p>HS quan sát GV làm mẫu</p>  <p>↓</p> <p>- Đội hình tập luyện đồng loạt.</p> <p>ĐH tập luyện theo tổ GV</p> <p>-ĐH tập luyện theo cặp đôi</p>  <p>- Từng tổ lên thi đua - trình diễn</p>  <p>HS thực hiện thả lỏng</p> <p>-ĐH kết thúc</p>  <p>↓</p>
---	-----------------------------	--	--

Ngày 2 tháng 1 năm 2024
Kí duyệt của Tổ Trưởng



Huỳnh Thị Yến Trang

ĐỘNG TÁC PHỐI HỢP.

(tiết 40)

I. Mục tiêu bài học

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

- Tích cực trong tập luyện và hoạt động tập thể.
- Tích cực tham gia các trò chơi vận động và có trách nhiệm trong khi chơi trò chơi.

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước cách thực hiện động tác phối hợp trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong 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.
- NL vận động cơ bản: Biết hô nhịp, cách thực hiện các động tác phối hợp đúng đúng nhịp, đúng phương hướng và tích cực tham gia tập luyện.

Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được động tác phối hợp.

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường


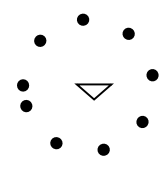
- **Phương tiện:**



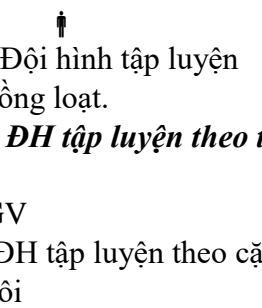
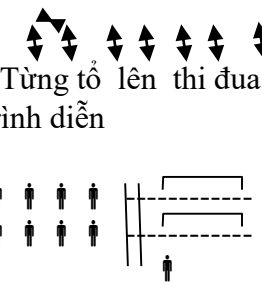
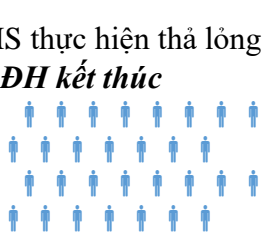
- + Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phục thể thao, còi phục vụ trò chơi.
- + Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- Phương pháp dạy học chính: Làm mẫu, sử dụng lời nói, tập luyện, trò chơi và thi đấu.
- Hình thức dạy học chính: Tập luyện đồng loạt(tập thể), tập theo nhóm, tập luyện theo cặp đôi.

IV. Tiến trình dạy học

Nội dung	LV Đ	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Trò chơi “bịt mắt bắt dê”	5 – 7’	Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học - Gv HD học sinh khởi động. - GV hướng dẫn chơi	Đội hình nhận lớp  ↓ - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV.
II. Phần cơ bản: * Ôn động tác: vươn thở, tay, chân, vặn mình, lưng bụng. * Kiến thức. - Động tác phối hợp	2 x 8 N 20-25’	Cho HS quan sát tranh Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu GV làm mẫu động tác kết	

 <p>Nhịp 5,6,7,8 thực hiện như nhịp 1,2,3,4 nhưng bước chân phải lên trước.</p> <p>*Luyện tập Tập đồng loạt</p> <p>Tập theo tổ nhóm</p> <p>Tập theo cặp đôi</p> <p>Thi đua giữa các tổ</p> <p>* Trò chơi “qua cầu tiếp sức”.</p> <p>III.Kết thúc</p> <p>* Thả lỏng cơ toàn thân.</p> <p>* Nhận xét, đánh giá chung của buổi học.</p> <p>Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà</p> <p>* Xuống lớp</p>	<p>2 x 8 N</p> <p>4- 5’</p>	<p>hợp phân tích kỹ thuật động tác.</p> <ul style="list-style-type: none"> - GV hô - HS tập theo Gv. - Gv quan sát, sửa sai cho HS. - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi. - Cho HS chơi thử và chơi chính thức. - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn các động tác đã học và chuẩn bị bài sau. 	<ul style="list-style-type: none"> - Đội hình HS quan sát tranh  <ul style="list-style-type: none"> - Đội hình tập luyện đồng loạt. ĐH tập luyện theo tổ <p>GV</p> <p>-ĐH tập luyện theo cặp đôi</p>  <ul style="list-style-type: none"> - Từng tổ lên thi đua - trình diễn  <p>HS thực hiện thả lỏng</p> <ul style="list-style-type: none"> - ĐH kết thúc 
--	-----------------------------	---	---

Ngày 2 tháng 1 năm 2024
Kí duyệt của Tổ Trưởng



Huỳnh Thị Yến Trang

Tuần 21

Ngày dạy:

ĐỘNG TÁC ĐIỀU HÒA.

(tiết 41)

I. Mục tiêu bài học

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

- Tích cực trong tập luyện và hoạt động tập thể.
- Tích cực tham gia các trò chơi vận động và có trách nhiệm trong khi chơi trò chơi.

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước cách thực hiện động tác điều hòa trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong 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.
 - NL vận động cơ bản: Biết hô nhịp, cách thực hiện các động tác điều hòa đúng đúng nhịp, đúng phương hướng và tích cực tham gia tập luyện.
- Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được động tác điều hòa.

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

- **Phương tiện:**

+ Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phục thể thao, còi phục vụ trò chơi.

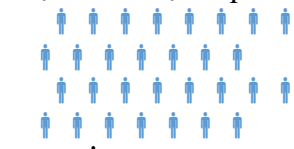
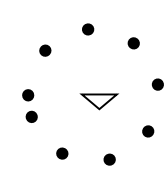
+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.


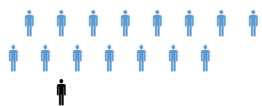

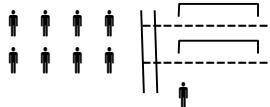
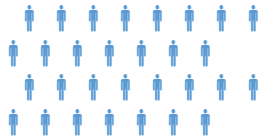
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- Phương pháp dạy học chính: Làm mẫu, sử dụng lời nói, tập luyện, trò chơi và thi đấu.

- Hình thức dạy học chính: Tập luyện đồng loạt(tập thể), tập theo nhóm, tập luyện theo cặp đôi.

IV. Tiến trình dạy học

Nội dung	LV Đ	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Trò chơi “bịt mắt bắt dê”	5 – 7’	Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học - Gv HD học sinh khởi động. - GV hướng dẫn chơi	Đội hình nhận lớp  - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV.
II. Phần cơ bản: * Ôn động tác: vươn thở, tay, chân, vặn mình, lưng bụng, phối hợp. * Kiến thức. - Động tác điều hòa	2 x 8 N 20-25’	Cho HS quan sát tranh Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu GV làm mẫu động tác kết	

 <p>Nhịp 5,6,7,8 thực hiện như nhịp 1,2,3,4 nhưng bước chân phải sang ngang.</p> <p>*Luyện tập Tập đồng loạt</p> <p>Tập theo tổ nhóm</p> <p>Tập theo cặp đôi</p> <p>Thi đua giữa các tổ</p> <p>* Trò chơi “qua cầu tiếp sức”.</p> <p>III.Kết thúc</p> <p>* Thả lỏng cơ toàn thân.</p> <p>* Nhận xét, đánh giá chung của buổi học.</p> <p>Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà</p> <p>* Xuống lớp</p>	<p>2 x 8 N</p> <p>4- 5’</p>	<p>hợp phân tích kỹ thuật động tác.</p> <ul style="list-style-type: none"> - GV hô - HS tập theo Gv. - Gv quan sát, sửa sai cho HS. - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi. - Cho HS chơi thử và chơi chính thức. - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn các động tác đã học và chuẩn bị bài sau. 	<ul style="list-style-type: none"> - Đội hình HS quan sát tranh  <ul style="list-style-type: none"> - Đội hình tập luyện đồng loạt. <p>ĐH tập luyện theo tổ</p> <p>GV</p> <ul style="list-style-type: none"> -ĐH tập luyện theo cặp đôi  <ul style="list-style-type: none"> - Từng tổ lên thi đua - trình diễn  <p>HS thực hiện thả lỏng</p> <ul style="list-style-type: none"> - ĐH kết thúc 
---	-----------------------------	---	--

ÔN 7 ĐỘNG TÁC BÀI THỂ DỤC(tiết 42)

I. Mục tiêu bài học

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

- Tích cực trong tập luyện và hoạt động tập thể.
- Tích cực tham gia các trò chơi vận động và có trách nhiệm trong khi chơi trò chơi.

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự giác ôn luyện các động tác đã học.
- Giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong 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.
- NL vận động cơ bản: Biết hô nhịp, cách thực hiện các động tác điều hòa đúng đúng nhịp, đúng phương hướng và tích cực tham gia tập luyện.
Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện.
Thực hiện được động tác điều hòa.

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường


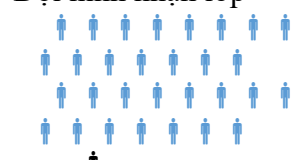
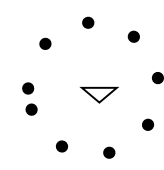
- **Phương tiện:**

- + Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phụ thể thao, còi phục vụ trò chơi.
- + Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- Phương pháp dạy học chính: Làm mẫu, sử dụng lời nói, tập luyện, trò chơi và thi đấu.
- Hình thức dạy học chính: Tập luyện đồng loạt(tập thể), tập theo nhóm, tập luyện theo cặp đôi.

IV. Tiến trình dạy học

Nội dung	LV Đ	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Trò chơi “bịt mắt bắt dê” II. Phần cơ bản: * Ôn động tác: vươn thở, tay, chân, vặn mình, lưng bụng, phối hợp, điều hòa. - Ôn động tác vươn thở 	5 – 7’ 2 x 8 N 20-25’	Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học - Gv HD học sinh khởi động. - GV hướng dẫn chơi - GV hô - HS tập theo Gv. - Gv quan sát, sửa sai	Đội hình nhận lớp  - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV.  - Ôn động tác lưng bụng

<p>- Ôn động tác chân</p> <p>- Ôn động tác vặn mình</p> <p>*Luyện tập Tập đồng loạt Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi Thi đua giữa các tổ * Trò chơi “qua cầu tiếp sức”.</p> <p>III.Kết thúc * Thả lỏng cơ toàn thân. * Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà * Xuống lớp</p>	<p>2 x 8 N</p> <p>4- 5’</p>	<p>cho HS.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gv quan sát, sửa sai cho HS. - Gv quan sát, sửa sai cho HS. - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi. - Cho HS chơi thử và chơi chính thức. - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn các động tác đã học và chuẩn bị bài sau. 	<p>- Ôn động tác phối hợp</p> <p>- Ôn động tác điều hòa</p> <p>- Đội hình tập luyện đồng loạt. -ĐH tập luyện theo cặp đôi</p> <p>- Từng tổ lên thi đua - trình diễn</p> <p>HS thực hiện thả lỏng</p> <p>-ĐH kết thúc</p>
--	-----------------------------	---	--

Ngày 2 tháng 1 năm 2024
Kí duyệt của Tổ Trưởng



Huỳnh Thị Yên Trang

Ngày 6 tháng 1 năm 2024
Kí duyệt của Ban Giám Hiệu

Nguyễn Thị Thanh Hải