*Ngày soạn: 28/09/2024*

 **TUẦN 4**

**Tiết 7: BIẾN ĐỔI ĐỘI HÌNH TỪ HÀNG DỌC THÀNH HÀNG NGANG,**

 **VÒNG TRÒN VÀ NGƯỢC LẠI (Tiết 3)**

**I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT:**

**1.Về năng lực:**

**1.1.Năng lực chung:**

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước khẩu lệnh, cách biến đổi từ đội hình hàng dọc thành hàng ngang, vòng tròn và ngược lại 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.
**1.2.Năng lực đặc thù:**

 - NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện.

- NL vận động cơ bản: Thực hiện được cách cách biến đổi từ đội hình hàng dọc thành hàng ngang, vòng tròn và ngược lại

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

- Đoàn kết, nghiêm túc, tích cực tập luyện, hoạt động tập thể và hình thành thói quen tập luyện TDTT.

- Yêu nước, chăm chỉ, trách nhiệm và trung thực

**II. ĐỊA ĐIỂM – ĐỒ DÙNG DẠY HỌC:**

**- Địa điểm**: Sân trường

**- Đồ dùng:**

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

+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

**III. HOẠT ĐỘNG DẠY - HỌC:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** |  | **LV Đ** | **Phương pháp, tổ chức và yêu cầu** |
|  | **Thời gian** | **Số lần** | **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **I. Phần mở đầu****1. Nhận lớp:****2. Khởi động:**- Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Trò chơi “bịt mắt bắt dê”**II. HĐ hình thành kiến thức:**- Kiến thức chung: Bảo đảm an toàn trong tập luyện- Ôn biến đổi đội hình từ hàng dọc thành hàng ngang và ngược lại- Ôn biến đổi đội hình từ hàng dọc thành vòng tròn và ngược lại **III.** **HĐ** **luyện tập:**Tập đồng loạtTập theo tổ nhómTập theo cặp hàngThi đua giữa các tổTrò chơi: *“Rồng rắn lên mây”.*- Bài tập PT thể lực:**IV. HĐ vận dụng:****V. HĐ kết thúc:**\* Thả lỏng cơ toàn thân.\* Nhận xét, đánh giá chung của buổi học.  Hướng dẫn HS tự ôn ở nhà\* Xuống lớp | 5 – 7’2-3’10-15’10-15’3-5’1-2’4- 5’ | 2x 8n2-31-2l1-2l2 lần 2 lần 2 lần 1 lần  |  - Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học- Nhắc nhỡ việc vệ sinh sân bãi, dụng cụ- GV hướng dẫn học sinh khởi động.- GV hướng dẫn, điều hành trò chơi:Nhận xét, đánh giá- GV nhắc lại mục đích của việc bảo đảm an toàn trong tập luyện và hướng dẫn cách thực hiện bằng cách đặt các câu hỏi GV nhắc lại tên  động tác kết hợp phân tích lại kĩ thuật thực hiện động tác.Lưu ý một số sai sót thường mắc khi thực hiện động tác.Cho 1 nhóm 3HS lên thực hiện lại cách biến đổi đội hình.GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương- GV hô - HS tập theo GV.- GV quan sát, sửa sai cho HS.- Yêu cầu Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực.- Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS- Yêu cầu 1 hàng thực hiện, 1 hàng quán sát và ngược lại- GV quan sát, sửa sai cho HS.- Yêu cầu từng tổ lên biểu diễn- GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương.- GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi trò chơi cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật- Chạy nhanh 20 xuất phát cao - Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách trả lời câu hỏi?- GV nhắc nhở hs vệ sinh sân tập, dụng cụ, khởi động trước và thả lỏng sau tập mỗi khi tập luyện- Chạy nhẹ nhàng xung quanh sân tập- Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs.- Về nhà ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.  | Đội hình nhận lớp xxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxx XGV - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV.- Đội hình cự ly rộng, đứng so le- Đội hình trò chơi:- HS lắng nghe và trả lời các câu hỏi- HS lắng nghe, quan sát- HS thực hiện  - NT điều hành:  - HS sữa sai nếu còn sai- HS thực hiện theo khẩu lệnh - Điều chỉnh, sữa sai sau khi biến đổi đội hình- ĐH tập luyện theo tổ xxxxxxxxxx xxxxxxxxxx N1 N2 xxxxxxxxxx xxxxxxxxxx - HS thực hiện theo cặp xxxxxxxxxx    xxxxxxxxxx - Từng tổ lên thi đua trình diễn - ĐH trò chơi: - HS bật nhảy kết hợp đi lại hít thở- HS trả lời- HS lắng ngheHS thực hiện thả lỏng- ĐH kết thúc:C:\Users\Admin\Desktop\Untitled.png  |

**V. Điều chỉnh bổ sung:**

*Ngày soạn: 28/09/2024*

**Tiết 8: BIẾN ĐỔI ĐỘI HÌNH TỪ HÀNG DỌC THÀNH HÀNG NGANG,**

**VÒNG TRÒN VÀ NGƯỢC LẠI (Tiết 4)**

**I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT:**

**1.Về năng lực:**

 **1.1.Năng lực chung:**

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước khẩu lệnh, cách biến đổi từ đội hình hàng dọc thành hàng ngang, vòng tròn và ngược lại 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.

**1.2. Năng lực đặc thù:**

- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện.

- NL vận động cơ bản: Thực hiện được cách cách biến đổi từ đội hình hàng dọc thành hàng ngang, vòng tròn và ngược lại.

**2. Về phẩm chất:**

- Đoàn kết, nghiêm túc, tích cực tập luyện, hoạt động tập thể và hình thành thói quen tập luyện TDTT.

- Yêu nước, chăm chỉ, trách nhiệm và trung thực

**II. ĐỊA ĐIỂM – ĐỒ DÙNG DẠY HỌC:**

**- Địa điểm**: Sân trường

**- Đồ dùng:**

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

+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

**III. HOẠT ĐỘNG DẠY - HỌC:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** |  | **LV Đ** | **Phương pháp, tổ chức và yêu cầu** |
|  | **Thời gian** | **Số lần** | **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **I. Phần mở đầu****1. Nhận lớp:** **2. Khởi động:** - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Trò chơi “bịt mắt bắt dê”**II. HĐ hình thành kiến thức:**- Kiến thức chung: Bảo đảm an toàn trong tập luyện- Ôn biến đổi đội hình từ hàng dọc thành hàng ngang và ngược lại- Ôn biến đổi đội hình từ hàng dọc thành vòng tròn và ngược lại **III.** **HĐ luyện tập:**Tập đồng loạtTập theo tổ nhómTập theo cặp đôiThi đua giữa các tổTrò chơi: *“Nhảy ô tiếp sức”.*- Bài tập PT thể lực:**IV. HĐ vận dụng:****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 | 5 – 7’2-3’10-15’3-5’4- 5’ | 2x 8 n1 lần1-2l1-2l2 lần 2 lần 2 lần 1 lần  | - Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học- Nhắc nhỡ việc vệ sinh sân bãi, dụng cụ- GV hướng dẫn học sinh khởi động.- GV hướng dẫn, điều hành trò chơi:Nhận xét, đánh giá- GV nhắc lại mục đích của việc bảo đảm an toàn trong tập luyện và hướng dẫn cách thực hiện bằng cách đặt các câu hỏi GV nhắc lại tên  động tác kết hợp phân tích lại kĩ thuật thực hiện động tác.Lưu ý một số sai sót thường mắc khi thực hiện động tác.Cho 1 nhóm 3HS lên thực hiện lại cách biến đổi đội hình.GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương- GV hô - HS tập theo GV.- GV quan sát, sửa sai cho HS.- Yêu cầu Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực.- Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS- Yêu cầu 1 hàng thực hiện, 1 hàng quán sát và ngược lại- GV quan sát, sửa sai cho HS.- Yêu cầu từng tổ lên biểu diễn- GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương.- GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi trò chơi cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật- Chạy nhanh 20 xuất phát cao - Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách trả lời câu hỏi?- GV nhắc nhở hs vệ sinh sân tập, dụng cụ, khởi động trước và thả lỏng sau tập mỗi khi tập luyện- Chạy nhẹ nhàng xung quanh sân tập- Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs.- Về nhà ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.  | Đội hình nhận lớp xxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxx XGV- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV.- Đội hình cự ly rộng, đứng so le- Đội hình trò chơi:- HS lắng nghe và trả lời các câu hỏi- HS lắng nghe, quan sát- HS thực hiện   - NT điều hành:  - HS thực hiện theo khẩu lệnh - Điều chỉnh, sữa sai sau khi biến đổi đội hình- ĐH tập luyện theo tổ xxxxxxxxxx xxxxxxxxxx N1 N2 xxxxxxxxxx xxxxxxxxxx - Nhóm trưởng điều hành tổ tập - HS thực hiện theo cặpxxxxxxxxxx    xxxxxxxxxx - Từng tổ lên thi đua trình diễn - ĐH trò chơi: - HS chạy kết hợp đi lại hít thở- HS trả lời- HS lăng nghe- HS thực hiện thả lỏng- ĐH kết thúc: C:\Users\Admin\Desktop\Untitled.png  |

**V. Điều chỉnh bổ sung:**