*Ngày soạn: 12/10/2024*

**TUẦN 6**

**TIẾT 11: BIẾN ĐỔI ĐỘI HÌNH TỪ MỘT HÀNG NGANG THÀNH HAI, BA HÀNG NGANG 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 một hàng ngang thành hai, ba hàng ngang 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 một hàng ngang thành hai, ba hàng ngang và ngược lại

**2. Về phẩm chất:**

- Đoàn kết, 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. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC:**

+ 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 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.

**IV. 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. HĐ mở đầu**  **1.Nhận lớp:**  **2. Khởi động:**  - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...  - Trò chơi “nhảy ô tiếp sức”  **II. HĐ hình thành kiến thức:**  - Ôn biến đổi đội hình từ một hàng ngang thành hai, ba hàng ngang và ngược lại.  **III. HĐ** **Luyện tập**  Tập đồng loạt  Tập theo tổ nhóm  Thi đua giữa các tổ  Trò chơi: “Bịt mắt bắt dê”  - 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’  7-10’  3-5’  1-2’  4- 5’ | 2x8 n  1- 2 l  2-4l  2-4l  1 lần | Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học  - Nhắc nhỡ việc vệ sinh cá nhân, vệ sinh sân bãi  - GV hướng dẫn học sinh khởi động.  - GV hướng dẫn chơi:  - Điều hành trò chơi:  - 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 HS 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 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  - Cho HS chạy đánh gót hai bên 20 lần và di chuyển 15m  - Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách trả lời câu hỏi?  - Hướng dẫn HS vận dụng để tập hợp, biến đổi đội hình trong các buổi sinh hoạt sân trường  - Rủ chân, rung bắp, nhảy nhẹ đá lăng chân….  - 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  x x x x x x x x x  x x x x x x x x x  X gv  - 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, quan sát  - HS thực hiện  x x x x x x  x x x x x x x x x  x x x x x x x x x  - 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    C:\Users\Admin\Desktop\Untitled.png- Từng tổ lên thi đua trình diễn  - Chơi theo hướng dẫn    - HS thực hiện kết hợp đi lại hít thở  - HS trả lời  - HS lắng nghe  - HS thực hiện thả lỏng  - ĐH kết thúc:  x x x x x x x x x  x x x x x x x x x  X gv |

**V. Điều chỉnh bổ sung:**

*Ngày soạn: 12/10/2024*

**TIẾT 12: ĐỘNG TÁC GIẬM CHÂN TẠI CHỖ, ĐỨNG LẠI**

**(Tiết 1)**

**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 thực hiện giậm chân tại chỗ, đứng lại trong sách giáo khoa và quan sát động tác mẫu của giáo viên.

- 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 động tác giậm chân tại chỗ, đứng lại, tham gia vào các trò chơi đúng luật, đúng cách chơi.

**2. Về phẩm chất:**

- Đoàn kết, 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. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC:**

+ 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 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.

**IV. 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. HĐ mở đầu**  **1.Nhận lớp:**  **2. Khởi động:**  - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...  - Ép dọc, ép ngang….  - Trò chơi “giành cờ chiến thắng”  **II. HĐ hình thành kiến thức:**  - Giậm chân tại chỗ, đứng lại.  https://lh5.googleusercontent.com/axuOEwbAiRHKbfWff1viXXyO1l_f0i5Go_eC4Oy8dEZw_IWogXXWCkH9W0yEsTvJYM_BP0mAcqw5zZIGZxbXGDnrRXtaW9-2wJLOL_hmTTFd2pHvdxxaMCWO25-o8YjA4hTwTkI    **III. HĐ luyện tập**  Tập đồng loạt  Tập theo tổ nhóm  Thi đua giữa các tổ  **Trò chơi:** *“Ném vòng trúng đích”.*  - 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’  1-2’  4- 5’ | 2x8 n  1-2l  2- 4l  2-4l  1lần | Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học  - Nhắc nhỡ việc vệ sinh cá nhân, vệ sinh sân bãi  - GV hướng dẫn học sinh khởi động.  - Hướng dẫn theo nhịp  - GV hướng dẫn chơi:  - Điều hành trò chơi:  - Nhận xét, đánh giá  - Cho HS quan sát tranh  - GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác.  - Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu  - Cho 1, 2 HS lên thực hiện động tác giậm chân tại chỗ, đứng lại.  - 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  - 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  - Cho HS đứng lên ngồi xuống 10 lần  - Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách trả lời câu hỏi BT1?  - HS vận dụng trong các hoạt động tập thể như tập nghi thức đội, tập ĐHĐN, diễu hành...  - Rũ chân, rung bắp, gập thân rũ tay…  - 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  x x x x x x x x x  x x x x x x x x x  X gv  - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV.  - Đội hình cự ly rộng, đứng so le  - HS thực hiện  - Đội hình trò chơi:    - Đội hình HS quan sát tranh  x x x x x x x x x  x x x x x x x x x  X gv  -HS quan sát GV làm mẫu  - HS thực hiện  - HS tiếp tục quan sát    - HS thực hiện theo khẩu lệnh  - Điều chỉnh, sữa sai sau khi biến đổi đội hình  - Nhóm trưởng điều hành tổ tập  C:\Users\Admin\Desktop\Untitled.png - Từng tổ lên thi đua trình diễn    - HS thực hiện kết hợp đi lại hít thở  - HS trả lời  - HS lắng nghe  - HS thực hiện thả lỏng  - ĐH kết thúc  x x x x x x x x x  x x x x x x x x x  X gv |

**V. Điều chỉnh bổ sung:**