*Ngày soạn: 02 /11/ 2024*

**TUẦN 9**

**CHỦ ĐỀ 2: BÀI TẬP THỂ DỤC**

 **TIẾT 17: ĐỘNG TÁC VƯƠN THỞ - ĐỘNG TÁC TAY**

**I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT:**

**1. Về năng lực:**

**1.1. Năng lực chung:**

 - Tự chủ và tự học: Tự xem trước cách thực hiện động tác vươn thở; động tác tay 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.

- NL giải quyết vấn đề và sáng tạo: Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện cũng như vận dụng trong cuộc sống hằng ngày.

**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 vươn thở; động tác tay.

**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 lò cò theo vòng”**II. HĐ hình thành kiến thức:**- Động tác vươn thở.https://lh4.googleusercontent.com/TQ4Y0ELlggbSS8nwGJK6r9Agl1JmKZqGFXrCO4-6om5QMQr0k-REu6-IEtMB-iW_KwyP4FcJN7nzZfWtn_vS-xCWB5RER-TTHKc5ujg-EEBcl6pfeYiP0AhHrpmQd8RMDPY_Ny8- Động tác tay.https://lh6.googleusercontent.com/s3aBMmqPIxvTz6vIVa3RFi3NqCSSHcmHsoBDotZwZxON7ndntgh7VTLJm7P0SYQviUieCfH741CJnSZmi-SO_ktzjOhmMcB86BxFwIe7KI4Uak19uMCuj3eXYNqDzAYrf9uDVc4**III. HĐ luyện tập.**Tập đồng loạtTập theo tổ nhómTập theo cặp đôiTập cá nhânThi đua giữa các tổTrò chơi: *“Chuyển hàng”.*- 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 – 7’2-3’7-10’10 -15’3-5’4- 5’ | 2lx8n1 lần1-2l2- 4l 2-4l 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:- 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 vươn thở và động tác tay.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 1 bạn thực hiện, 1 bạn quán sát và ngược lại- GV quan sát, sửa sai - 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 bật cao tại chỗ hai tay chống hông 10 lần- Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách trả lời câu hỏi BT1?- GV nhắc HS vận dụng để tập giờ ra chơi, tập thể dục hằng ngày - 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 xx 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 quan sát, lắng nghe GV làm mẫuC:\Users\Admin\Desktop\Untitled.png- HS đại diện lên thực hiện- HS tiếp tục quan sát- HS thực hiện theo khẩu lệnh - Điều chỉnh, sữa sai nếu có.- Nhóm trưởng điều hành tổ tập  x x x x x x x  x x x x x x x- HS thực hiện theo cặp x x x x x x x   x x x x x x x  - Cá nhân thực hiện- Từng tổ lên thi đua trình diễn - HS chạy kết hợp đi lại hít thở- HS trả lời- HS lắng nghe- HS thực hiện thả lỏng- ĐH kết thúcC:\Users\Admin\Desktop\Untitled.png |

**V. Điều chỉnh bổ sung:**

*Ngày soạn: 02 /11/ 2024*

**TIẾT 18: ĐỘNG TÁC CHÂN.**

**I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT:**

**1. Về năng lực:**

**1.1. Năng lực chung:**

 - Tự chủ và tự học: Tự xem trước cách thực hiện động tác chân 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.

- NL giải quyết vấn đề và sáng tạo: Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện cũng như vận dụng trong cuộc sống hằng ngày.

**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 vươn thở; động tác tay và động tác chân.

**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 dây”**II. HĐ hình thành kiến thức:**- Ôn động tác vươn thở và động tác tay.- Động tác chân.https://lh6.googleusercontent.com/-9pzoqjT_vTmnVQD80fA_rogpUrvk7xmDqklgEYNjkJZnXIgnH1iDMMJcB_OQi04oVI9ZYmIKAT61mKZMmEfwmRnyqqlaFs3fyJEbzeDfZCxI7Rw1MkDN5i0XI9M_djcuHJHJ2c**III. HĐ luyện tập.**Tập đồng loạtTập theo tổ nhómTập theo cặp đôiTập cá nhânThi đua giữa các tổTrò chơi: *“Kẹp bóng di chuyển”.***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 – 7’2-3’7-10’10-15’3-5’1-2’4- 5’ | 2x8 n1-2l2- 4l 2-4l 2- 4l 2- 4l 1l | 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:- Nhận xét, đánh giá- GV quan sát nhắc nhở, sửa sai cho HS- 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 HS lên thực hiện động tác chân.- 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 1 bạn thực hiện, 1 bạn quán sát và ngược lại- GV quan sát, sửa sai cho HS.- 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- Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách trả lời câu hỏi BT2. - Em tập thể dục cùng gia đình hằng ngày- 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 gv  - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp.- Đội hình cự ly rộng, đứng so le- Đội hình trò chơi:- Cán sự hô nhịp C:\Users\Admin\Desktop\Untitled.png- HS quan sát, lắng nghe GV làm mẫuC:\Users\Admin\Desktop\Untitled.png- HS đại diện lên thực hiện- HS tiếp tục quan sát- HS thực hiện theo khẩu lệnh - Điều chỉnh, sữa sai nếu có- Nhóm trưởng điều hành tổ tập  x x x x x x x  x x x x x x x- HS thực hiện theo cặp. x x x x x x   x x x x x x  - Cá nhân thực hiện- Từng tổ lên thi đua trình diễn - Chơi trò đúng luật, nhiệt tình, sôi nổi và an toàn.- HS trả lời- HS lắng nghe- HS thực hiện thả lỏng- ĐH kết thúc:C:\Users\Admin\Desktop\Untitled.png  |

**V. Điều chỉnh bổ sung:**