*Ngày soạn: 10/12/2024*

**TUẦN 15**

**TIẾT 29: ĐI THEO CÁC HƯỚNG (Tiết 5)**

**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 các bài tập đi theo các hướng 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 các bài tập đi thường theo đường kẻ thẳng, đi theo đường kẻ thẳng hai tay chống hông (hai tay dang ngang) và đi thường chuyển hướng phải, trái.

- Năng lực giải quyết vấn đề và sang tạo: Thông qua việc thực hiện được động tác đi theo các hướng. Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện.

**2. Về phẩm chất:**

- 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.

**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: “*Giành cờ*”  **II. HĐ hình thành kiến thức :**  - Ôn đi thường theo đường kẻ thẳng,  - Ôn đi theo đường kẻ thẳng hai tay chống hông (dang ngang).  - Ôn đi theo đường kẻ thẳng hai tay dang ngang.  - Ôn đi thường chuyển hướng phải, trái.  **III.** **HĐ luyện tập**  Tập đồng loạt  Tập theo tổ nhóm  Tập theo cặp đôi  Tập cá nhân  Thi đua giữa các tổ  Trò chơi: *“Nhảy theo vòng tròn”.*  - 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’  1- 2’  4-5’ | 2x8 n  1-2l  2- 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 đảm bảo an toàn  - GV hướng dẫn học sinh khởi động.  - GV hướng dẫn chơi:  - Điều hành trò chơi:  Nhận xét, đánh giá  - GV nhắc lại cách thực hiện và yêu cầu  kĩ thuật động tác.  - Cho 2 HS lên thực hiện lại các động tác đi.  - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương  - GV hướng dẫn - HS thực hiện động tác.  - 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  - Phân công tập theo cặp đôi  - 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  - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật  - Cho HS bật tại chỗ  hai tay chống hông  10 lần  - Hằng ngày em cùng các bạn tập luyện giờ ra chơi hay cùng bố mẹ ở nhà  - 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  xxxxxxxxxx  xxxxxxxxxx  xxxxxxxxxx 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, quan sát  C:\Users\Admin\Desktop\Untitled.png- HS đại diện lên thực hiện  - HS tiếp tục quan sát    - HS thực hiện theo hướng dẫn  - Điều chỉnh, sữa sai nếu có  - Nhóm trưởng điều hành tổ tập  C:\Users\Admin\Desktop\Untitled.png - HS thay phiên nhau hô nhịp.  - Quan sát, nhận xét, giúp đỡ bạn sửa sai.  - Cá nhân thực hiện  - Từng tổ lên thi đua trình diễn    - HS thực hiện kết hợp đi lại hít thở  - HS lắng nghe  - HS thực hiện thả lỏng theo hướng dẫn của GV  - ĐH kết thúc  C:\Users\Admin\Desktop\Untitled.png |

**V.Điều chỉnh bổ sung:**

*Ngày soạn: 9/12/2024*

**TIẾT 30: ĐI THEO CÁC HƯỚNG (Tiết 6)**

**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 các bài tập đi theo các hướng 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 các bài tập đi thường theo đường kẻ thẳng, đi theo đường kẻ thẳng hai tay chống hông (hai tay dang ngang) và đi thường chuyển hướng phải, trái.

- Năng lực giải quyết vấn đề và sang tạo: Thông qua việc thực hiện được động tác đi theo các hướng. Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện.

**2. Về phẩm chất:**

- 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.

**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: *“Đoàn tàu”*  **II. HĐ hình thành kiến thức :**  - Ôn đi thường theo đường kẻ thẳng,  - Ôn đi theo đường kẻ thẳng hai tay chống hông (dang ngang).  - Ôn đi theo đường kẻ thẳng hai tay dang ngang.  - Ôn đi thường chuyển hướng phải, trái.  **III.** **HĐ luyện tập**  Tập đồng loạt  Tập theo tổ nhóm  Tập theo cặp đôi  Tập cá nhân  Thi đua giữa các tổ  Trò chơi: *“Nhảy theo vòng tròn”.*  - 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’  1-2’    4- 5’ | 2x8 n  1-2l  2- 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 đảm bảo an toàn  - GV hướng dẫn học sinh khởi động.  - GV hướng dẫn chơi:  - Điều hành trò chơi:  Nhận xét, đánh giá  - GV nhắc lại cách thực hiện và yêu cầu  kĩ thuật động tác.  - Cho 2 HS lên thực hiện lại các động tác đi.  - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương  - GV hướng dẫn - HS thực hiện động tác.  - 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  - Phân công tập theo cặp đôi  - 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  - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật  - Cho HS bật tại chỗ  hai tay chống hông  10 lần  - Hằng ngày em cùng các bạn tập luyện giờ ra chơi hay cùng bố mẹ ở nhà  - 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  xxxxxxxxxx  xxxxxxxxxx  xxxxxxxxxx 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, quan sát  C:\Users\Admin\Desktop\Untitled.png- HS đại diện lên thực hiện  - HS tiếp tục quan sát  - HS thực hiện theo hướng dẫn  - Điều chỉnh, sữa sai nếu có  - Nhóm trưởng điều hành tổ tập  C:\Users\Admin\Desktop\Untitled.png - HS thay phiên nhau hô nhịp.  - Quan sát, nhận xét, giúp đỡ bạn sửa sai.  - Cá nhân thực hiện  - Từng tổ lên thi đua trình diễn    - HS thực hiện kết hợp đi lại hít thở  - HS lắng nghe  - HS thực hiện thả lỏng theo hướng dẫn của GV  - ĐH kết thúc:  C:\Users\Admin\Desktop\Untitled.png |

**V.Điều chỉnh bổ sung:**