*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 các động tác vươn thở và động tác tay của bài thể dục cũng như các trò chơi 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 .

- 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: Biết khẩu lệnh và thực hiện được động tác vươn thở và tay của bài thể dục và trò chơi vận động.

**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 *“Chuyền bóng”***II. HĐ hình thành kiến thức:**- Động tác vươn thở.- Động tác tay.**III.** **HĐ luyện tập**Tập đồng loạtTập theo tổ nhómTập theo cặp đôiThi đua giữa các tổTrò chơi: *“ Nhanh lên bạn ơi”.***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– 7’2-3’20-25’3-5’4- 5’ | 2x8n1-2l1-2l1-2l1-2l2- 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.- GV hô cho cả lớp thực hiện- GV cử LT lên điều hành lớp tập , GV quan sát sữa sai cho HS- Cho HS quan sát tranh- GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác.- GV hô cho cả lớp thực hiện- GV cử LT lên điều hành lớp tập , GV quan sát sữa sai cho HS- 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 - 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- GV nêu các câu hỏi về cách nhận biết các nhịp trong các động tác đã học. (SGK)- GV nhắc HS vận dụng để tập giờ ra chơi, tập thể dục buổi sáng hằng ngày - GV hô theo nhịp- 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 gvx x x x x x x x  - 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 quan sát, lắng nghe GV làm mẫuC:\Users\Admin\Desktop\Untitled.png- HS vừa nghe vừa thực hiện - LT điều hành HS thực hiện và chú ý sữa sai- HS quan sát, lắng nghe GV làm mẫuC:\Users\Admin\Desktop\Untitled.png- HS vừa nghe vừa thực hiện - LT điều hành HS thực hiện và chú ý sữa sai- HS thực hiện theo khẩu lệnh - Điều chỉnh, sữa sai nếu có.- Nhóm trưởng điều hành tổ tập x x x x x x  gv x x x x x x- HS thực hiện theo cặp x x x x x x   x x x x x x - Từng tổ lên thi đua trình diễnĐH chơi trò chơi:Nhanhlebanoi- Học sinh trả lời- HS lắng nghe- HS thực hiện rũ chân, rung bắp, gập thân rũ tay…- ĐH kết thúc:C:\Users\Admin\Desktop\Untitled.png |

**V. Điều chỉnh bổ sung:**

*Ngày soạn:02/11/2024*

**TIẾT 18: ĐỘNG TÁC CHÂN VÀ ĐỘNG TÁC VẶN MÌNH**

**I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT:**

**1. Về năng lực**:

**1.1. Năng lực chung:**

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước các động tác chân và động tác vặn mình của bài thể dục cũng như các trò chơi 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 .

- 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: Biết khẩu lệnh và thực hiện được động tác chân và động tác vặn mình của bài thể dục và trò chơi vận động.

**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 *“Chuyền bóng”***II. HĐ hình thành kiến thức:**- Động tác chân:- Động tác vặn mình.**III.** **HĐ luyện tập**Tập đồng loạtTập theo tổ nhómTập theo cặp đôiThi đua giữa các tổTrò chơi: *“Nhảy lò cò theo ô”***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 – 7’2-3’20-25’3-5’4- 5’ | 2lx8n1-2l1-2l1-2l1-2l2- 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.- GV hô cho cả lớp thực hiện- GV cử LT lên điều hành lớp tập , GV quan sát sữa sai cho HS- Cho HS quan sát tranh- GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác.- GV hô cho cả lớp thực hiện- GV cử LT lên điều hành lớp tập , GV quan sát sữa sai cho HS- 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 - 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- GV nêu các câu hỏi về cách nhận biết các nhịp trong các động tác đã học.(SGK)- GV nhắc HS vận dụng để tập giờ ra chơi, tập thể dục buổi sáng hằng ngày - GV hô theo nhịp- 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 gvx x x x x x x x - 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 quan sát, lắng nghe GV làm mẫuC:\Users\Admin\Desktop\Untitled.png- HS vừa nghe vừa thực hiện - LT điều hành HS thực hiện và chú ý sữa sai- HS quan sát, lắng nghe GV làm mẫuC:\Users\Admin\Desktop\Untitled.png- HS vừa nghe vừa thực hiện - LT điều hành HS thực hiện và chú ý sữa sai- 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 - HS thực hiện theo cặpx x x x x x   x x x x x x - Từng tổ lên thi đua trình diễnĐội hình chơi trò chơi- Học sinh trả lời- HS lắng nghe- HS thực hiện rũ chân, rung bắp, gập thân rũ tay…- ĐH kết thúc:C:\Users\Admin\Desktop\Untitled.png |

**V. Điều chỉnh bổ sung:**