*Ngày soạn:23/11/2024*

**TUẦN 12**

**Tiết 23: ÔN TẬP BÀI THỂ DỤC**

**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 đã học 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 .

**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 các động tác đã học 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:*“Nhóm ba, nhóm bảy”*  **II. HĐ hình thành kiến thức :**  **1. Ôn tập bài thể dục.**  - Ôn tập động tác vươn thở, động tác tay, động tác chân, động tác vặn mình, động tác lưng bụng, động tác phối hợp, động tác nhảy và động tác điều hòa.  **III.** **HĐ luyện tập:**  Tập đồng loạt  Tập theo tổ nhóm  Tập theo cặp đôi  Thi đua giữa các tổ  Trò chơi: *“Bịt mắt bắt dê”*  **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’ | 2lx8n  1-2l  1-2l  2- 4l  2-4l  2- 4l  1 lần | 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  - Hướng dẫn học sinh khởi động.  - Hướng dẫn chơi:  - Điều hành trò chơi:  - Nhận xét, đánh giá  - Nhắc lại kiến thức và thực hiện lại động tác vươn thở và tay.  - Hô cho cả lớp thực hiện  - Cử LT lên điều hành lớp tập và quan sát sữa sai cho HS  - GV hô cho cả lớp thực hiện  - 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  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  - HS chơi đúng luật, nhiệt tình sôi nổi và đảm bảo an toàn.  - HS quan sát, lắng nghe GV làm mẫu  x x x x x x x  x x x x x x x x     XGV  - HS thực hiện theo khẩu lệnh  - Điều chỉnh, sữa sai nếu có.  - Nhóm trưởng điều hành tổ tập      - Thực hiện theo cặp:  x x x x x x x    x x x x x x x    - Từng tổ lên thi đua trình diễn  Đội 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:  xxxxxxxxxx  xxxxxxxxxx  xxxxxxxxxx  XGV |

**V. Điều chỉnh bổ sung:**

*Ngày soạn:23/11/2024*

**Tiết 24: KIỂM TRA ĐÁNH GIÁ BÀI THỂ DỤC**

**I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT:**

**1. Về năng lực**:

**1.1.Năng lực chung:**

- Tự chủ và tự học: Tự giác tích cực tập luyện và tham gia kiểm tra đánh giá tuyên dương. - 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: Biết thực hiện bài thể dục đúng phương hướng, biên độ và đúng nhịp.

**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: Trang phục thể thao, còi phục vụ trò chơi, bảng các tiêu chí và các yêu cầu cần đạt nội dung bài tập đã học

+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

|  |  |
| --- | --- |
| **CÁC TIÊU CHÍ ĐÁNH GIÁ** | |
| **HOÀN THÀNH TỐT** | - Thực hiện tốt VS cá nhân, đảm bảo an toàn trong tập luyện  - Biết quan sát tranh ảnh, động tác mẫu của giáo viên  - Thực hiện các động tác của bài thể dục đúng phương hướng và biên độ  - Tham gia tích cực các trò chơi vận động  - Hoàn thành tốt lượng vận động của bài tập  - Tích cực, trung thực trong tập luyện và hình thành thói quen tập luyện TDTT |
| **HOÀN THÀNH** | - Biết thực hiện VS cá nhân, đảm bảo an toàn trong tập luyện  - Bước đầu biết quan sát tranh ảnh, động tác mẫu của giáo viên  - Thực hiện được các động tác của bài thể dục  - Có tham gia các trò chơi vận động nhưng chưa tích cực  - Hoàn thành lượng vận động của bài tập  - Tích cực trong tập luyện và bước đầu hình thành thói quen tập luyện TDTT |
| **CHƯA HOÀN THÀNH** | - Chưa biết thực hiện VS cá nhân, đảm bảo an toàn trong tập luyện  - Chưa biết quan sát tranh ảnh, động tác mẫu của giáo viên  - Chưa thực hiện được bài thể dục  - Hạn chế tham gia các trò chơi vận động  - Chưa hoàn thành lượng vận động của bài tập  - Ý thức và tinh thần tập luyện chưa cao |

**III. CÁC 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 *“ Kết bạn”*  **II. HĐ kiểm tra:**  **1.Ôn bài thể dục đã học.**    **2.Kiểm tra đánh giá bài thể dục PTC:**  - Trò chơi: *“Mèo đuổi chuột”.*  **III. HĐ kết thúc:**  \* Thả lỏng cơ toàn thân.  \* Nhận xét, đánh giá chung tiết kiểm tra.  \* Xuống lớp | 5 – 7’  20 -25’  3-5’  4-5’ | 2x8n  3lần  1 lần | Gv nhận lớp, hỏi thăm sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học  - GV hướng dẫn học sinh khởi động.  - GV hướng dẫn chơi:  - Điều hành trò chơi:  Nhận xét, đánh giá  Ôn tập cả lớp hoặc Tổ trưởng cho các bạn luyện tập bài thể dục theo khu vực  - Lần lượt từng tổ lên thực hiện nội dung các động tác bài thể dục.  - GV hô khẩu lệnh cho các tổ thực hiện.  - Chú ý biên độ và nhịp điệu động tác của học sinh.  - Sau khi các tổ thực hiện song các nội dung Gv nhận xét chung phần tập luyện của cả lớp.  - Tuyên dương tổ có ý thức tập luyện tốt.  - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi.  - Cho HS chơi thử và chơi chính thức.  - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật  - Chạy nhẹ nhàng thả lỏng  - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs.  - Về nhà ôn bài đã học 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 cho GV.  - Đội hình cự ly rộng, đứng so le    x x x x x x x x  x x x x x x x x    x gv    - Đội hình kiểm tra  x x x x x x x x  x x x x x x x x  x (GV) x x x x x  - Lần lượt các tổ lên kiểm tra theo khẩu lệnh của GV. Các tổ còn lại quan sát, nhận xét.  - HS chú ý thực hiện theo khẩu lệnh.    - 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 gv |

**IV. Điều chỉnh bổ sung:**