

## TUẦN 1

### HOẠT ĐỘNG GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 4 CHỦ ĐỀ 1: ĐỘI HÌNH ĐỘI NGŨ

#### BÀI 1 : ĐỘNG TÁC ĐI ĐỀU MỘT HÀNG DỌC VÒNG BÊN PHẢI

##### Tiết 1: Tổ chức lớp – Động tác đi đều một hàng dọc – Trò chơi

### I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

#### 1. Về kiến thức

- Biết nội dung chương trình môn học Giáo dục thể chất 4. Biên chế tổ tập luyện.
- Biết khẩu lệnh và cách thực hiện động tác đi đều một hàng dọc.

#### 2. Về năng lực

- Nêu được nội dung chương trình môn học Giáo dục thể chất 4. Biết tập hợp theo biên chế tổ để tập luyện.
- Biết hô khẩu lệnh và thực hiện được động tác đi đều một hàng dọc.
- Biết quan sát tranh, ảnh, động tác mẫu của GV để tập luyện và tự sửa sai động tác.

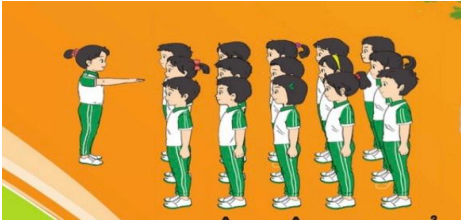
#### 3. Về phẩm chất

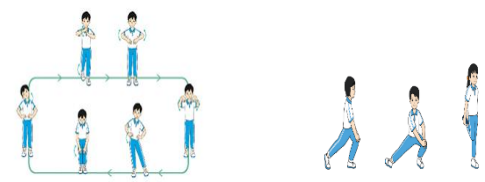
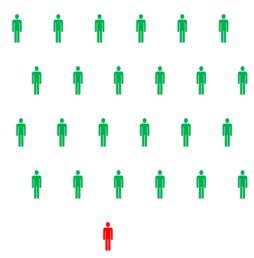
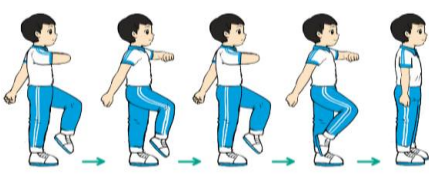
- Hăng hái và tích cực trong tập luyện.

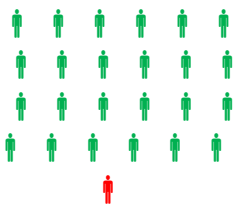
### II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC


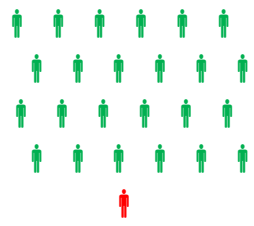
- Giáo viên chuẩn bị: Tranh, ảnh động tác đi đều một hàng dọc, mắc cơ, còi.
- Học sinh chuẩn bị: Quần áo thể dục, giày thể thao hoặc dép có quai sau.

### III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Hoạt động của giáo viên	Hoạt động của học sinh
<p><b>1. Khởi động: 5 -7'</b></p> <p><b>1.1 Nhận lớp.</b></p> <p>- Gv nhận lớp.</p> <p>- Gv thăm hỏi sức khỏe học sinh, phổ biến nội dung, yêu cầu bài học.</p>	<p><i>Đội hình nhận lớp</i></p>  <p>- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số và tình hình lớp.</p> <p>- Học sinh lắng nghe, nhắc lại tên bài và thực hiện theo yêu cầu của giáo viên.</p>
<p><b>1.2. Khởi động chung.</b></p> <p>- Yêu cầu lớp trưởng lên điều khiển.</p>	<p>- Cán sự lớp điều khiển, cả lớp khởi động tích cực.</p> <p>+ Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...</p>

<p>- Gv theo dõi, giúp đỡ, nhận xét.</p>	<p>+ Kéo dẫn cơ</p> 
<p><b>1.3. Khởi động tâm thể.</b></p> <p>- Tổ chức học sinh vận động theo nhạc</p> <p>- GV nhận xét</p>	<p>- Hs cả lớp tích cực thực hiện theo hướng dẫn của giáo viên.</p>  <p>- Hs lắng nghe</p>
<p><b>2. Hình thành kiến thức mới: 6-8'</b></p>	
<p><b>2.1. Phổ biến nội quy lớp học</b></p> <p>- Gv giới thiệu nội quy lớp học.</p> <p>- Gv chia tổ và bầu cán sự lớp.</p> <p><b>2.2. Giới thiệu nội dung chương trình giáo dục thể chất lớp 4.</b></p> <p>- Giới thiệu nội dung chương trình lớp 4.</p> <p>- Gv lắng nghe nhận xét đánh giá hs.</p> <p><b>2.3. Học động tác đi đều một hàng dọc.</b></p> <p>- Gv nêu tên động tác và khẩu lệnh.</p> <p>- Yêu cầu hs nêu khẩu lệnh</p> <p>- Nêu yêu cầu nhiệm vụ.</p>	<p>-Hs lắng nghe để thực hiện.</p> <p>+ Khi lên lớp giờ GDTC, quần áo phải gọn gàng (mặc trang phục thể thao).</p> <p>+ Không đi dép lê, phải đi giày thể thao hoặc dép có quai sau.</p> <p>+ Khi nghỉ tập phải xin phép thầy, cô giáo.</p> <p>+ Trong giờ học, muốn ra, vào lớp phải được giáo viên cho phép,...</p> <p>-Hs lắng nghe để thực hiện.</p> <p>-Học sinh chú ý lắng nghe.</p> <p>-1-2 học sinh nhắc lại nội dung chương trình môn học Giáo dục thể chất 4. Tự nhận xét bản thân.</p> <p>- Hs lắng nghe nhận xét bạn.</p>  <p>- Hs chú ý lắng nghe và ghi nhớ</p>

<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gv lắng nghe, nhận xét, sửa sai và chốt kiến thức.</li> <li>- Gv phân tích động tác kết hợp thị phạm và hướng dẫn thực hiện trên đội hình mẫu 4 - 6 Hs.</li> <li>- Gv tổ chức cho lớp tập, kết hợp sửa sai.</li> <li>- Gv nhận xét</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 1-2 Hs nêu lại khẩu lệnh</li> <li>- HS thực hiện theo yêu cầu: <ul style="list-style-type: none"> <li>+ <b>Cá nhân:</b> Quan sát tranh.</li> <li>+ <b>Nhóm đôi:</b> Trao đổi với bạn bên cạnh về cách thức thực hiện động tác.</li> </ul> </li> <li>+ 1-2 hs chia sẻ trước lớp cách thực hiện động tác quan theo cảm nhận.</li> <li>- HS quan sát, nhận xét bạn.</li> <li>- Hs chú ý quan sát Gv hướng dẫn làm mẫu, bước đầu hình thành lại động tác.</li> <li>- Hs chú ý lắng nghe</li> </ul>
<b>3. Luyện tập- thực hành (15-17')</b>	
<p><b>* Tập đồng loạt</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Gv điều khiển cho lớp luyện tập.</li> <li>- Gv quan sát, sửa sai cho Hs.</li> <li>- Gv nhận xét.</li> </ul>	<p style="text-align: center;">Đội hình tập luyện đồng loạt</p> <div style="text-align: center;">  </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hs cả lớp tập dưới sự điều khiển của GV (1 lần)</li> <li>- Lớp trưởng điều khiển cho lớp tập (1 lần)</li> <li>- Hs chú ý lắng nghe</li> </ul>
<p><b>* Tập cá nhân</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Gv quan sát, giúp đỡ, sửa sai</li> </ul> <p><b>* Tập cặp đôi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Gv quan sát, hướng dẫn và sửa sai</li> </ul> <p><b>* Tập theo tổ:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Gv quan sát, hướng dẫn và sửa sai cho Hs các tổ.</li> <li>- Gv tổ chức cho các tổ báo cáo.</li> <li>- Gv nhận xét và tuyên dương</li> </ul> <p><b>* Thi đua trình diễn</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Hs tự hô và tự tập dưới sự điều khiển của tổ trưởng</li> <li>- 2 Hs quay mặt vào nhau: 1 bạn hô, 1 bạn tập sau đó đổi vị trí cho nhau.</li> <li>- Nhóm tổ Hs thay phiên nhau hô; chú ý tự sửa sai và sửa sai cho bạn trong nhóm.</li> <li>- Lớp trưởng cho 1-2 tổ trưởng báo cáo kết quả tập luyện của tổ mình .</li> <li>- Hs chú ý lắng nghe</li> <li>- Các nhóm tổ luân phiên thực hiện, tổ</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tổ chức thi đua giữa các tổ</li> <li>- Gv nhận xét, tuyên dương.</li> </ul>	<p>trưởng điều khiển</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hs dưới lớp quan sát và bình chọn</li> <li>- Hs lắng nghe.</li> </ul>
<p><b>*Trò chơi: “Vòng tròn vui nhộn” (3-5’)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Nêu tên trò chơi, mục đích của trò chơi, cách chơi, luật chơi.</li> <li>- Gv hướng dẫn mẫu.</li> <li>- Lưu ý học sinh đảm bảo an toàn khi chơi</li> <li>- Tổ chức cho các đội chơi</li> <li>- GV nhận xét, tuyên dương.</li> </ul>	 <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hs chú ý lắng nghe, lựa chọn trò chơi</li> <li>- Bầu cử tổ trọng tài</li> <li>- Hs cả lớp tham gia trò chơi (nháp) sau đó chơi chính thức</li> <li>- Tổ trọng tài theo dõi tuyên bố đội thắng cuộc và lựa chọn hình thức thưởng phạt</li> <li>- Hs chú ý lắng nghe</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Gv hướng dẫn thả lỏng.</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- HS thực hiện thả lỏng tích cực.</li> </ul> 
<p><b>4. Vận dụng (3-4’)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>GV nêu câu hỏi</b></li> <li>- <b>Căn cứ vào câu trả lời của HS Gv chốt kiến thức</b></li> <li>- <b>GV khen HS sau tiết học.</b></li> <li>- <b>Hướng dẫn sử dụng sách giáo khoa</b></li> <li>- <b>Chia sẻ kiến thức chung</b></li> <li>- <b>Gv hô “ Giải tán” !</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- HS trả lời câu hỏi của GV</li> <li>- HS lắng nghe, nhận xét bạn</li> <li>- HS lắng nghe thực hiện</li> <li>- HS lắng nghe</li> <li>- Hs lắng nghe</li> <li>- HS lắng nghe thực hiện</li> <li>- Hs hô “ Khỏe”!</li> </ul>

#### IV. ĐIỀU CHỈNH SAU BÀI DẠY

.....

.....

.....

## TUẦN 1

### HOẠT ĐỘNG GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 4 BÀI 1 : ĐỘNG TÁC ĐI ĐỀU MỘT HÀNG DỌC VÒNG BÊN PHẢI

#### Tiết 2: Ôn động tác đi đều một hàng dọc – Trò chơi

#### I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

##### 1. Về kiến thức

- Biết khẩu lệnh và cách thực hiện động tác đi đều một hàng dọc.

##### 2. Về năng lực

- Biết hô khẩu lệnh và thực hiện được động tác đi đều một hàng dọc.

- Biết quan sát tranh, ảnh, động tác mẫu của Giáo viên để tập luyện và tự sửa sai động tác.

- Biết điều khiển tổ nhóm tập luyện

##### 3. Về phẩm chất


- Hăng hái, tích cực trong tập luyện.

#### II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

- Giáo viên chuẩn bị: Tranh, ảnh động tác đi đều một hàng dọc, mắc cơ, còi.

- Học sinh chuẩn bị: Quần áo thể thao, giày thể thao hoặc dép có quai sau.

#### III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Hoạt động của giáo viên	Hoạt động của học sinh
<p><b>1. Khởi động: 5 -7'</b></p> <p><b>1.1. Nhận lớp.</b></p> <p>- Gv nhận lớp.</p> <p>- Thăm hỏi sức khỏe học sinh, phổ biến nội dung, yêu cầu bài học.</p> <p>- Chia sẻ kiến thức chung</p>	<p><i>Đội hình nhận lớp</i></p>  <p>- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số và tình hình lớp.</p> <p>- Học sinh lắng nghe, nhắc lại tên bài và thực hiện theo yêu cầu của giáo viên.</p> <p>- Học sinh lắng nghe và thực hiện.</p>

### 1.2. Khởi động tâm thế.

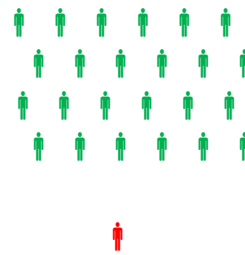
- Tổ chức học sinh chơi trò chơi “Làm ngược yêu cầu”



- Gv nhận xét

- Hs cả lớp tham gia tích cực và đúng luật.

*Đội hình KD tâm thế*



- Hs chú ý lắng nghe

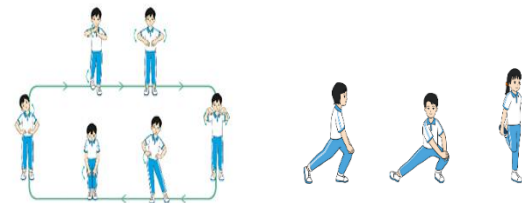
### 1.3. Khởi động chung.

- Yêu cầu lớp trưởng lên điều khiển.

- Cán sự lớp điều khiển, cả lớp khởi động tích cực.

+ Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,..

+ Kéo giãn cơ

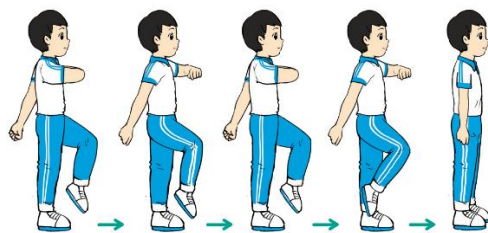


- Gv theo dõi, sửa sai, nhận xét.

## 2. Hình thành kiến thức mới: 6-8'

\* *Ôn động tác đi đều một hàng dọc.*

- Gv nêu tên động tác và yêu cầu.



- Gv quan sát, nhận xét.

- Nêu một số lỗi hs thường mắc và biện pháp khắc phục.

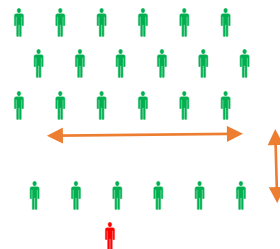
- Tổ chức cho lớp tập, kết hợp sửa sai.

- Gv nhận xét

- Hs chú ý lắng nghe và thực hiện.

- 1 tổ xung phong thực hiện động tác dưới sự điều khiển của tổ trưởng.

*ĐH Hs quan sát*


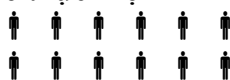


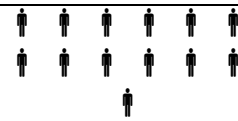
- Hs quan sát nhận xét tổ bạn

- Hs chú ý lắng nghe để thực hiện.

- Cả lớp thực hiện theo hướng dẫn của giáo viên.

-Hs tích cực lắng nghe

<p><b>3. Luyện tập- thực hành (15-17')</b></p>	
<p>- <b>Tập đồng loạt</b></p> <p>- Lần 1: GV điều khiển cả lớp tập</p> <p>- Lần 2: CSL điều khiển</p> <p>- <b>Tập luyện theo tổ nhóm</b></p> <p>- GV quan sát giúp đỡ, sửa sai</p> <p>- <b>Thi đua tổ</b></p> <p>- GV nhận xét, tuyên dương</p>	<p>- HS tập luyện theo điều khiển của GV và CSL</p> <p>- HS các tổ di chuyển đội hình theo khu vực được phân chia.</p> <p>- Nhóm tổ HS thay phiên nhau hô; chú ý tự sửa sai và sửa sai cho bạn trong nhóm</p> <p>- HS đại diện các tổ lên thi đua.</p> <p>- HS dưới lớp quan sát và bình chọn</p>
<p><b>* Trò chơi: “Vòng tròn vui nhộn” (3-5’)</b></p>	
<p>- Gv nêu tên trò chơi, mục đích của trò chơi, cách chơi, luật chơi.</p> <p>- Hướng dẫn mẫu.</p> <p>- Lưu ý học sinh đảm bảo an toàn khi chơi</p> <p>- Tổ chức cho các đội thi đua</p> <p>- Gv nhận xét, tuyên dương.</p> <p>- Gv nhận xét</p>	<p>- Hs chú ý lắng nghe, lựa chọn trò chơi.</p> <p>- Cả lớp quan sát.</p> <p>- Hs chú ý lắng nghe.</p>  <p>- Bầu cử tổ trọng tài</p> <p>- Hs cả lớp tham gia trò chơi (nháp) sau đó chơi chính thức</p> <p>- Tổ trọng tài theo dõi công bố đội thắng cuộc và lựa chọn hình thức thưởng phạt</p> <p>- Hs chú ý lắng nghe</p>
<p><b>4. Vận dụng (3-4')</b></p> <p>- GV nêu câu hỏi</p> <p>- Căn cứ vào câu trả lời của HS Gv chốt kiến thức</p> <p>- GV khen HS sau tiết học.</p> <p>- Hướng dẫn sử dụng sách giáo khoa</p> <p>- Chia sẻ kiến thức chung</p>	<p>- HS trả lời câu hỏi của GV</p> <p>- HS lắng nghe, nhận xét bạn</p> <p>- HS lắng nghe thực hiện</p> <p>- HS lắng nghe</p> <p>- Hs lắng nghe</p> <p>- HS lắng nghe thực hiện</p> 

- Gv hô “ Giải tán” !	 - Hs hô “ Khỏe”!
-----------------------	---

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU BÀI DẠY**

.....

.....

.....

.....



## TUẦN 2

### HOẠT ĐỘNG GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 4 CHỦ ĐỀ 1: ĐỘI HÌNH ĐỘI NGŨ

#### Bài 1 - Tiết 3: Động tác đi đều một hàng dọc vòng bên phải – Trò chơi

#### I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

##### 1. Về kiến thức

- Biết khẩu lệnh và cách thực hiện động tác đi đều một hàng dọc vòng bên phải.

##### 2. Về năng lực

- Biết hô khẩu lệnh và thực hiện được động tác đi đều một hàng dọc vòng bên phải.

- Biết quan sát tranh, ảnh, động tác mẫu của Giáo viên để tập luyện và tự sửa sai động tác.

- Biết điều khiển tổ, nhóm tập luyện.

##### 3. Về phẩm chất

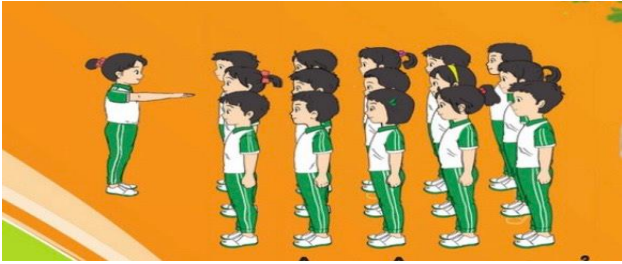
- Hăng hái và tích cực trong tập luyện.


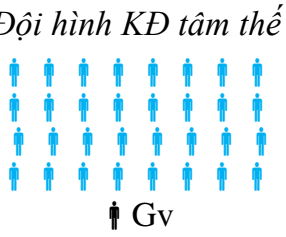
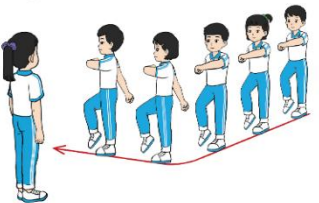
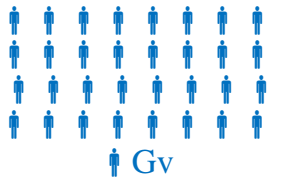
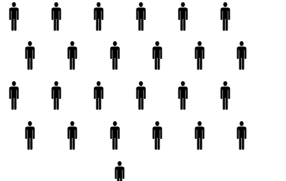
#### II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC


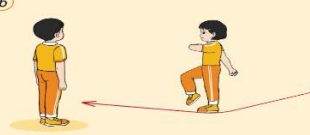

- Giáo viên chuẩn bị: Tranh, ảnh động tác đi đều một hàng dọc vòng bên phải, mắc cơ, còi.

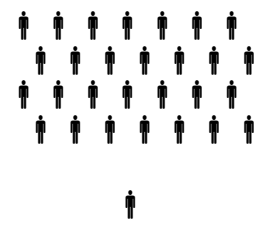
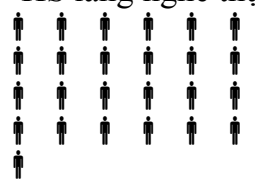
- Học sinh chuẩn bị: Quần áo thể thao, giày thể thao hoặc dép có quai sau.

#### III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Hoạt động của giáo viên	Hoạt động của học sinh
<p><b>1. Khởi động: 4-6'</b></p> <p><b>1.1. Nhận lớp.</b></p> <p>- Gv nhận lớp. - Thăm hỏi sức khỏe học sinh, phổ biến nội dung, yêu cầu bài học.</p>	<p><i>Đội hình nhận lớp</i></p>  <p>- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số và tình hình lớp. - Học sinh lắng nghe, nhắc lại tên bài</p>
<p><b>1.2. Khởi động chung.</b></p> <p>- Yêu cầu lớp trưởng lên điều khiển. - Gv theo dõi, sửa sai, nhận xét.</p>	<p>- Cán sự lớp điều khiển, cả lớp khởi động tích cực. + Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...</p>

<p>- Gv nhận xét chuyển ý giới thiệu bài mới.</p>	<p>+ Kéo dẫn cơ</p> 
<p><b>1.3. Khởi động tâm thể.</b> - Tổ chức học sinh vận động theo nhạc</p> <p>- Gv nhận xét</p>	<p>- Hs cả lớp tích cực thực hiện theo hướng dẫn của giáo viên.</p> <p><i>Đội hình KĐ tâm thể</i></p>  <p>- Hs lắng nghe</p>
<p><b>2. Hình thành kiến thức mới: 6-8'</b></p>	
<p><b>1. Học động tác đi đều một hàng dọc vòng bên phải.</b> - GV treo tranh, nêu yêu cầu</p>  <p><small>Hình 4. Động tác đi đều một hàng dọc vòng bên phải</small></p> <p>- GV nhận xét</p> <p>- GV làm mẫu phân tích động tác</p> <p>- GV nêu những lỗi sai thường mắc phải và cách sửa</p>	<p>- HS quan sát tranh</p> <p>- Suy nghĩ cá nhân</p> <p>- Thảo luận nhóm 2</p> <p>- Nhóm HS chia sẻ kết quả thảo luận</p> <p>- HS quan sát nhận xét bạn</p>  <p>- Hs quan sát GV làm mẫu, phân tích động tác.</p> <p>- HS lắng nghe</p> <p>- Triển khai đội hình tập luyện</p>
<p><b>3. Luyện tập- thực hành (15-17')</b></p> <p>- <b>Tập đồng loạt</b></p> <p>- GV điều khiển cho lớp luyện tập.</p> <p>- GV quan sát, sửa sai cho HS. GV nhận xét.</p>	<p><b>ĐH tập luyện đồng loạt</b></p> 

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- HS cả lớp tập dưới sự điều khiển của GV (1 lần)</li> <li>- HS điều khiển cho lớp tập. (1 lần)</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Luyện tập theo tổ:</b></li> <li>- GV phân chia khu vực luyện tập, nêu nhiệm vụ luyện tập thực hành.</li> <li>- GV quan sát, hướng dẫn và sửa sai cho HS các tổ.</li> <li>- <b>Tập cá nhân</b></li> </ul>  <ul style="list-style-type: none"> <li>- GV quan sát, hướng dẫn và sửa sai</li> <li>- <b>Tập cặp đôi</b></li> </ul>  <ul style="list-style-type: none"> <li>- GV quan sát, hướng dẫn và sửa sai</li> <li>- GV nhận xét</li> <li>- <b>Thi đua tổ</b></li> <li>- GV nhận xét, tuyên dương.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- HS các tổ di chuyển đội hình theo khu vực được phân chia.</li> <li>- Nhóm tổ HS thay phiên nhau hô; chú ý tự sửa sai và sửa sai cho bạn trong nhóm</li> <li>- Từng cá nhân tự thực hiện động tác</li> <li>- 2 Hs quay mặt vào nhau vừa điều khiển vừa tập luyện sửa sai cho nhau.</li> <li>- LT cho các tổ trưởng báo cáo kết quả tập luyện của tổ mình và tổ bạn.</li> <li>- HS lắng nghe</li> <li>- HS đại diện các tổ lên thi đua.</li> <li>- HS dưới lớp quan sát và bình chọn</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>* <b>Trò chơi: “Vòng tròn vui nhộn” (3-5’)</b></li> <li>- GV nêu tên trò chơi, cách chơi, luật chơi.</li> <li>- Gv hướng dẫn mẫu.</li> <li>- Lưu ý học sinh đảm bảo an toàn khi chơi</li> <li>- Tổ chức cho các đội chơi</li> <li>- Gv nhận xét, tuyên dương.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Hs chú ý lắng nghe, lựa chọn trò chơi</li> <li>- Cả lớp quan sát.</li> <li>- Hs chú ý lắng nghe.</li> </ul>  <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bầu cử tổ trọng tài</li> <li>- Hs cả lớp tham gia trò chơi (nháp) sau đó chơi chính thức</li> <li>- Tổ trọng tài theo dõi công bố đội thắng cuộc và lựa chọn hình thức thưởng phạt</li> <li>- Hs chú ý lắng nghe</li> </ul>

<p>- GV hướng dẫn thả lỏng.</p>	<p>- HS thực hiện thả lỏng tích cực.( 2 lần 8N)</p> 
<p><b>4. Vận dụng (3-4')</b></p> <p>- GV nêu câu hỏi</p> <p>- Căn cứ vào câu trả lời của HS Gv chốt kiến thức</p> <p>- GV khen HS sau tiết học.</p> <p>- Hướng dẫn sử dụng sách giáo khoa</p> <p>- Chia sẻ kiến thức chung</p> <p><b>- Gv hô “ Giải tán” !</b></p>	<p>- HS trả lời câu hỏi của GV</p> <p>- HS lắng nghe, nhận xét bạn</p> <p>- HS lắng nghe thực hiện</p> <p>- HS lắng nghe</p> <p>- Hs lắng nghe</p> <p>- HS lắng nghe thực hiện</p>  <p>- Hs hô “ Khỏe”!</p>

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU BÀI DẠY**

.....

.....

.....

.....

## TUẦN 2

### HOẠT ĐỘNG GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 4 CHỦ ĐỀ 1: ĐỘI HÌNH ĐỘI NGŨ

#### Bài 1 - Tiết 4: Ôn động tác đi đều một hàng dọc vòng bên phải – Trò chơi

#### I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

##### 1. Về kiến thức

- Biết khẩu lệnh và cách thực hiện động tác đi đều một hàng dọc vòng bên phải.

##### 2. Về năng lực

- Biết hô khẩu lệnh và thực hiện được động tác đi đều một hàng dọc vòng bên phải.

- Biết quan sát tranh, ảnh, động tác mẫu của Giáo viên để tập luyện và tự sửa sai động tác.

- Biết điều khiển tổ, nhóm tập luyện.

##### 3. Về phẩm chất

- Hăng hái và tích cực trong tập luyện.



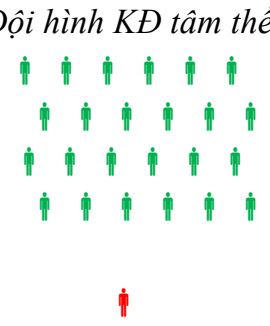
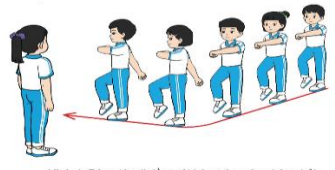
#### II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC



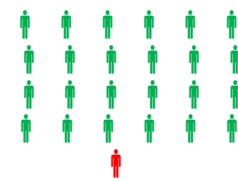
- Giáo viên chuẩn bị: Tranh, ảnh động tác đi đều một hàng dọc vòng bên phải, mắc cơ, còi.


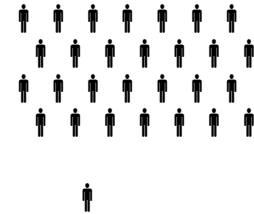
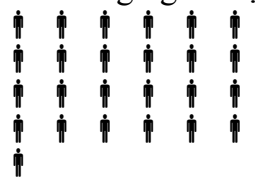
- Học sinh chuẩn bị: Quần áo thể thao, giày thể thao hoặc dép có quai sau.

#### III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Hoạt động của giáo viên	Hoạt động của học sinh
<b>1. Khởi động: 4-6'</b> <b>1.1. Nhận lớp.</b>	<b>Đội hình nhận lớp</b> 
- Gv nhận lớp.  - Thăm hỏi sức khỏe học sinh, phổ biến nội dung, yêu cầu bài học.	- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số và tình hình lớp.  - Học sinh lắng nghe, nhắc lại tên bài và thực hiện theo yêu cầu của giáo viên
<b>1.2. Khởi động chung.</b> - Yêu cầu lớp trưởng lên điều khiển. - Gv theo dõi, sửa sai, nhận xét.	- Cán sự lớp điều khiển, cả lớp khởi động tích cực.

	<p>+ Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,..</p> <p>+ Kéo giãn cơ</p> 
<p><b>1.3. Khởi động tâm thế.</b></p> <p>- Tổ chức học sinh chơi trò chơi “Làm ngược yêu cầu”</p>  <p>Hình 3. Trò chơi “Làm ngược yêu cầu”</p> <p>- Gv nhận xét</p>	<p>- Hs cả lớp tham gia tích cực và đúng luật.</p> <p><i>Đội hình KD tâm thế</i></p>  <p>- Hs lắng nghe</p>
<p><b>2. Hình thành kiến thức mới: 6-8’</b></p> <p><b>*Ôn động tác đi đều một hàng dọc vòng bên phải.</b></p>  <p>Hình 4. Động tác đi đều một hàng dọc vòng bên phải</p> <p>- Nêu tên động tác và yêu cầu.</p> <p>- Gv quan sát, nhận xét.</p> <p>- Nêu một số lỗi hs thường mắc và biện pháp khắc phục.</p> <p>- Tổ chức cho lớp tập, kết hợp sửa sai.</p> <p>- Gv nhận xét</p>	<p>- Hs chú ý lắng nghe và thực hiện.</p> <p>- 1 tổ lên thực hiện động tác dưới sự điều khiển của tổ trưởng.</p> <p>- Hs quan sát nhận xét tổ bạn</p> <p>- Chú ý lắng nghe để thực hiện.</p> <p>- Cả lớp thực hiện động tác theo hướng dẫn của giáo viên.</p> <p>-Hs chú ý lắng nghe</p>

<p><b>3. Luyện tập- thực hành (15-17')</b></p> <p><b>* Tập đồng loạt</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Gv điều khiển cho lớp luyện tập.</li> <li>- Quan sát, sửa sai cho Hs.</li> </ul> <p><b>- Luyện tập theo tổ:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- GV phân chia khu vực luyện tập, nêu nhiệm vụ luyện tập thực hành.</li> <li>- GV quan sát, hướng dẫn và sửa sai cho HS các tổ.</li> </ul> <p><b>- Tập cá nhân</b></p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>- GV quan sát, hướng dẫn và sửa sai</li> </ul> <p><b>- Tập cặp đôi</b></p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>- GV quan sát, hướng dẫn và sửa sai</li> <li>- GV nhận xét</li> </ul> <p><b>- Thi đua tổ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- GV nhận xét, tuyên dương.</li> </ul>	<p><b>Đội hình tập luyện đồng loạt</b></p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>- Cả lớp tập dưới sự điều khiển của giáo viên (1 lần)</li> <li>- Lớp trưởng điều khiển cho lớp tập (1 lần)</li> <li>- Hs lắng nghe</li> </ul> <p>- HS các tổ di chuyển đội hình theo khu vực được phân chia.</p> <p>- Nhóm tổ HS thay phiên nhau hô; chú ý tự sửa sai và sửa sai cho bạn trong nhóm</p> <p>- Từng cá nhân tự thực hiện động tác</p> <p>- 2 Hs quay mặt vào nhau vừa điều khiển vừa tập luyện sửa sai cho nhau.</p> <p>- LT cho các tổ trưởng báo cáo kết quả tập luyện của tổ mình và tổ bạn.</p> <p>- HS lắng nghe</p> <p>- HS đại diện các tổ lên thi đua.</p> <p>- HS dưới lớp quan sát và bình chọn</p>
<p><b>* Trò chơi: “Vòng tròn vui nhộn” (3-5’)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- GV nêu tên trò chơi, cách chơi, luật chơi.</li> <li>- Gv hướng dẫn mẫu.</li> <li>- Lưu ý học sinh đảm bảo an toàn khi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Hs chú ý lắng nghe, lựa chọn trò chơi.</li> <li>- Cả lớp quan sát.</li> <li>- Hs chú ý lắng nghe.</li> </ul>

<p>chơi</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tổ chức cho các đội chơi</li> <li>- Gv nhận xét, tuyên dương.</li> </ul>	 <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bầu cử tổ trọng tài</li> <li>- Hs cả lớp tham gia trò chơi (nháp) sau đó chơi chính thức</li> <li>- Tổ trọng tài theo dõi công bố đội thắng cuộc và lựa chọn hình thức thưởng phạt</li> <li>- Hs chú ý lắng nghe</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- GV hướng dẫn thả lỏng.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- HS thực hiện thả lỏng tích cực.( 2 lần 8N)</li> </ul> 
<p><b>4. Vận dụng (3-4')</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- GV nêu câu hỏi</li> <li>- Căn cứ vào câu trả lời của HS Gv chốt kiến thức</li> <li>- GV khen HS sau tiết học.</li> <li>- Hướng dẫn sử dụng sách giáo khoa</li> <li>- Chia sẻ kiến thức chung</li> </ul> <p>- Gv hô “ Giải tán” !</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- HS trả lời câu hỏi của GV</li> <li>- HS lắng nghe, nhận xét bạn</li> <li>- HS lắng nghe thực hiện</li> <li>- HS lắng nghe</li> <li>- Hs lắng nghe</li> <li>- HS lắng nghe thực hiện</li> </ul>  <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hs hô “ Khỏe”!</li> </ul>

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU BÀI DẠY**

.....

.....

.....



## TUẦN 3

### HOẠT ĐỘNG GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 4 CHỦ ĐỀ 1: ĐỘI HÌNH ĐỘI NGŨ

#### BÀI 2: ĐỘNG TÁC ĐI ĐỀU NHIỀU HÀNG DỌC VÒNG BÊN PHẢI (4 TIẾT)

##### Tiết 1: Động tác đi đều nhiều hàng dọc vòng bên phải – Trò chơi

### I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

#### 1. Về kiến thức

- Biết khẩu lệnh và cách thực hiện động tác đi đều nhiều hàng dọc vòng bên phải.

#### 2. Về năng lực

- Biết hô khẩu lệnh và thực hiện được động tác đi đều nhiều hàng dọc vòng bên phải.
- Biết quan sát tranh, ảnh, động tác mẫu của GV để tập luyện và tự sửa sai động tác.
- Biết điều khiển tổ nhóm tập luyện

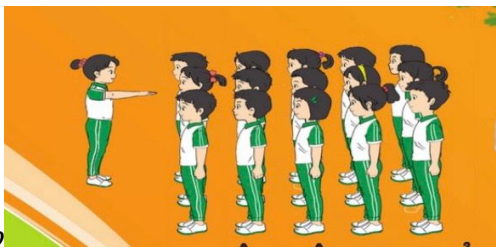
#### 3. Về phẩm chất

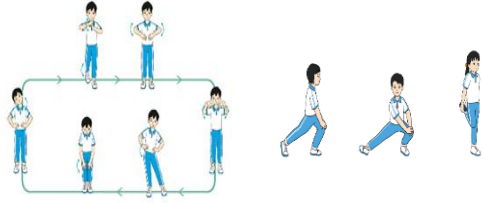
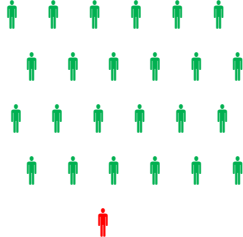
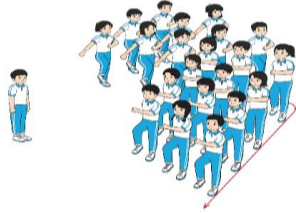
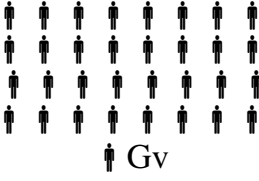
- Hăng hái và tích cực trong tập luyện.

### II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

- Giáo viên chuẩn bị: Tranh, ảnh động tác, mắc cơ, còi.
- Học sinh chuẩn bị: Quần áo thể dục, giày thể thao hoặc dép có quai sau.

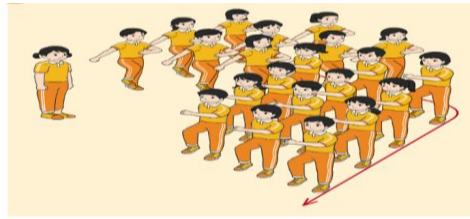
### III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Hoạt động của giáo viên	Hoạt động của học sinh
<p><b>1. Khởi động: 4-6'</b></p> <p><b>1.1. Nhận lớp.</b></p> <p>- Gv nhận lớp.</p> <p>- Thăm hỏi sức khỏe học sinh</p> <p>- Phổ biến nội dung, yêu cầu bài học.</p>	<p><i>Đội hình nhận</i></p>  <p><i>lớp</i></p> <p>- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số và tình hình lớp.</p> <p>- Học sinh lắng nghe</p>
<p><b>1.2. Khởi động chung.</b></p> <p>- Yêu cầu lớp trưởng lên điều khiển.</p> <p>- Gv theo dõi, sửa sai, nhận xét.</p>	<p>- Cán sự lớp điều khiển, cả lớp khởi động tích cực.</p> <p>+ Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...</p>

	<p>+ Kéo dẫn cơ</p> 
<p><b>1.3. Khởi động tâm thể.</b></p> <p>- Tổ chức học sinh vận động theo nhạc</p> <p>- Gv nhận xét</p>	<p>- Cả lớp tích cực thực hiện theo hướng dẫn của giáo viên.</p>  <p>- Hs lắng nghe</p>
<p><b>2. Hình thành kiến thức mới: 6-8'</b></p>	
<p><b>* Học động tác đi đều nhiều hàng dọc vòng bên phải.</b></p> <p>- GV treo tranh, nêu yêu cầu</p>  <p>- GV nhận xét</p> <p>- GV làm mẫu phân tích lại động tác</p> <p>- GV nêu những lỗi sai thường mắc và cách sửa sai động tác.</p>	<p>- HS quan sát tranh</p> <p>- Suy nghĩ cá nhân</p> <p>- Thảo luận nhóm 2</p> <p>- Nhóm HS chia sẻ kết quả thảo luận</p> <p>- HS quan sát nhận xét bạn</p>  <p>- Hs quan sát GV làm mẫu, phân tích động tác.</p> <p>- HS lắng nghe</p> <p>- Triển khai đội hình tập luyện</p>
<p><b>3. Luyện tập- thực hành (15-17')</b></p> <p><b>* Tập đồng loạt</b></p> <p>- Gv điều khiển cho lớp luyện tập.</p>	<p>- Cả lớp tập dưới sự điều khiển của giáo viên (1 lần)</p> <p>- Lớp trưởng điều khiển cho lớp tập (1 lần)</p>

- Quan sát, sửa sai cho Hs.
- Gv nhận xét.

- Hs chú ý lắng nghe



- **Luyện tập theo tổ:**
- GV phân chia khu vực luyện tập, nêu nhiệm vụ luyện tập thực hành.
- GV quan sát, hướng dẫn và sửa sai cho HS các tổ.

- HS các tổ di chuyển đội hình theo khu vực được phân chia.
- Nhóm tổ HS thay phiên nhau hô; chú ý tự sửa sai và sửa sai cho bạn trong nhóm



**- Thi đua tổ**

- GV nhận xét, tuyên dương.

- LT cho các tổ trưởng báo cáo kết quả tập luyện của tổ mình và tổ bạn.
- HS lắng nghe
- HS đại diện các tổ lên thi đua.
- HS dưới lớp quan sát và bình chọn

**\*Trò chơi: “Vòng phải tải hàng” (3-5’)**

- Nêu tên trò chơi, mục đích của trò chơi, cách chơi, luật chơi.
- Gv hướng dẫn mẫu.
- Lưu ý học sinh đảm bảo an toàn khi chơi

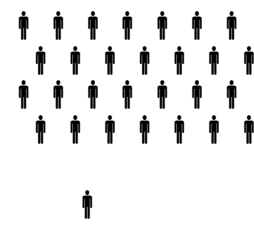
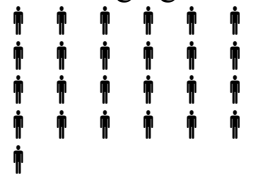
- Hs chú ý lắng nghe, lựa chọn trò chơi.
- Cả lớp quan sát.
- Hs chú ý lắng nghe.



Hình 6. Trò chơi “Vòng phải tải hàng”

- Tổ chức cho các đội thi đua
- Gv nhận xét, tuyên dương.

- Bầu cử tổ trọng tài
- Hs tham gia trò chơi (nháp) sau đó chơi chính thức
- Tổ trọng tài theo dõi công bố đội thắng cuộc và lựa chọn hình thức thưởng phạt
- Hs chú ý lắng nghe

<p>- GV hướng dẫn thả lỏng.</p>	<p>- HS thực hiện thả lỏng tích cực.( 2 lần 8N)</p> 
<p><b>4. Vận dụng (3-4')</b></p> <p>- GV nêu câu hỏi</p> <p>- Căn cứ vào câu trả lời của HS Gv chốt kiến thức</p> <p>- GV khen HS sau tiết học.</p> <p>- Hướng dẫn sử dụng sách giáo khoa</p> <p>- Chia sẻ kiến thức chung</p> <p>- Gv hô “ Giải tán” !</p>	<p>- HS trả lời câu hỏi của GV</p> <p>- HS lắng nghe, nhận xét bạn</p> <p>- HS lắng nghe thực hiện</p> <p>- HS lắng nghe</p> <p>- Hs lắng nghe</p> <p>- HS lắng nghe thực hiện</p>  <p>- Hs hô “ Khỏe”!</p>

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU BÀI DẠY**

.....

.....

.....

## TUẦN 3

### HOẠT ĐỘNG GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 4 CHỦ ĐỀ 1: ĐỘI HÌNH ĐỘI NGŨ

#### Bài 2 - Tiết 2: Ôn động tác đi đều nhiều hàng dọc vòng bên phải – Trò chơi

#### I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

##### 1. Về kiến thức

- Biết khẩu lệnh và cách thực hiện động tác đi đều nhiều hàng dọc vòng bên phải.

##### 2. Về năng lực

- Biết hô khẩu lệnh và thực hiện được động tác đi đều nhiều hàng dọc vòng bên phải.
- Biết quan sát tranh, ảnh, động tác mẫu của GV để tập luyện và tự sửa sai động tác.
- Biết điều khiển tổ nhóm tập luyện


##### 3. Về phẩm chất

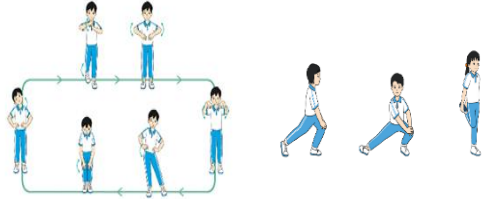
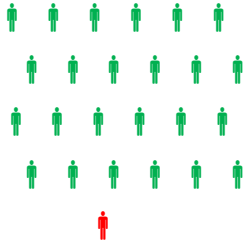
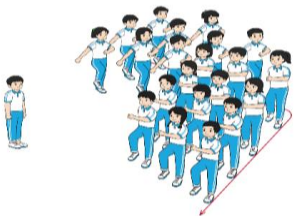
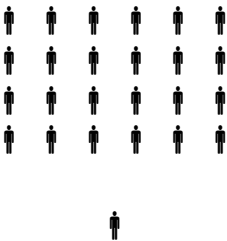
- Hăng hái và tích cực trong tập luyện.

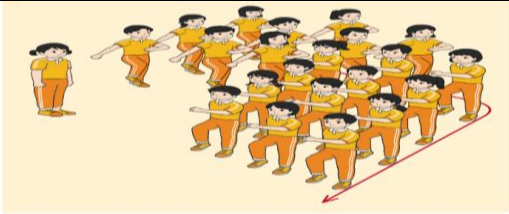
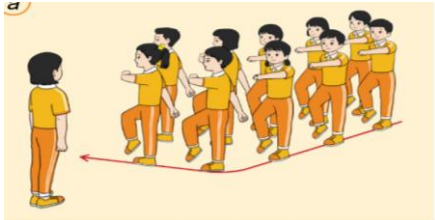

#### II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

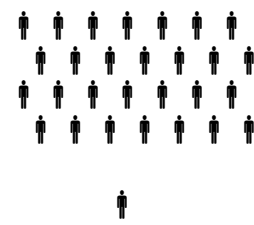
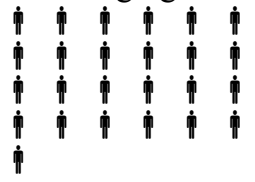
- Giáo viên chuẩn bị: Tranh, ảnh động tác, mắc cơ, còi.
- Học sinh chuẩn bị: Quần áo thể dục, giày thể thao hoặc dép có quai sau.

#### III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Hoạt động của giáo viên	Hoạt động của học sinh
<p><b>1. Khởi động: 4-6'</b></p> <p><b>1.1. Nhận lớp.</b></p> <p>- Gv nhận lớp.</p> <p>- Thăm hỏi sức khỏe học sinh</p> <p>- Phổ biến nội dung, yêu cầu bài học.</p>	<p><i>Đội hình nhận lớp</i></p>  <p>- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số và tình hình lớp.</p> <p>- Học sinh lắng nghe</p>
<p><b>1.2. Khởi động chung.</b></p> <p>- Yêu cầu lớp trưởng lên điều khiển.</p> <p>- Gv theo dõi, sửa sai, nhận xét.</p>	<p>- Cán sự lớp điều khiển, cả lớp khởi động tích cực.</p> <p>+ Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...</p>

	<p>+ Kéo dẫn cơ</p> 
<p><b>1.3. Khởi động tâm thể.</b></p> <p>- Tổ chức học sinh vận động theo nhạc</p> <p>- Gv nhận xét</p>	<p>- Cả lớp tích cực thực hiện theo hướng dẫn của giáo viên.</p>  <p>- Hs lắng nghe</p>
<p><b>2. Hình thành kiến thức mới: 6-8'</b></p>	
<p><b>* Ôn động tác đi đều nhiều hàng dọc vòng bên phải.</b></p> <p>- GV nêu tên động tác, nêu yêu cầu</p>  <p>- GV nhận xét</p> <p>- GV nêu những lỗi sai thường mắc và cách sửa sai động tác.</p> <p>- Triển khai đội hình tập luyện</p>	<p>- HS chú ý lắng nghe thực hiện</p> <p>- Nhóm HS xung phong lên thực hiện lại động tác</p> <p>- HS dưới lớp quan sát nhận xét</p>  <p>- HS quan sát, lắng nghe</p> <p>- HS tập luyện dưới sự điều khiển của GV</p>
<p><b>3. Luyện tập- thực hành (15-17')</b></p> <p><b>* Tập đồng loạt</b></p> <p>- Gv điều khiển cho lớp luyện tập.</p> <p>- Quan sát, sửa sai cho Hs.</p> <p>- Gv nhận xét.</p>	<p>- Cả lớp tập dưới sự điều khiển của giáo viên (1 lần)</p> <p>- Lớp trưởng điều khiển cho lớp tập (1 lần)</p> <p>- Hs chú ý lắng nghe</p>

	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Luyện tập theo tổ:</b></li> <li>- GV phân chia khu vực luyện tập, nêu nhiệm vụ luyện tập thực hành.</li> <li>- GV quan sát, hướng dẫn và sửa sai cho HS các tổ.</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Thi đua tổ</b></li> <li>- GV nhận xét, tuyên dương.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- HS các tổ di chuyển đội hình theo khu vực được phân chia.</li> <li>- Nhóm tổ HS thay phiên nhau hô; chú ý tự sửa sai và sửa sai cho bạn trong nhóm</li> </ul>  <ul style="list-style-type: none"> <li>- LT cho các tổ trưởng báo cáo kết quả tập luyện của tổ mình và tổ bạn.</li> <li>- HS lắng nghe</li> <li>- HS đại diện các tổ lên thi đua.</li> <li>- HS dưới lớp quan sát và bình chọn</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>*<b>Trò chơi: “Vòng phải tải hàng” (3-5’)</b></li> <li>- Nêu tên trò chơi, mục đích của trò chơi, cách chơi, luật chơi.</li> <li>- Gv hướng dẫn mẫu.</li> <li>- Lưu ý học sinh đảm bảo an toàn khi chơi</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tổ chức cho các đội thi đua</li> <li>- Gv nhận xét, tuyên dương.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Hs chú ý lắng nghe, lựa chọn trò chơi.</li> <li>- Cả lớp quan sát.</li> <li>- Hs chú ý lắng nghe.</li> </ul>  <p style="text-align: center; font-size: small;">Hình 6. Trò chơi “Vòng phải tải hàng”</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bầu cử tổ trọng tài</li> <li>- Hs tham gia trò chơi (nháp) sau đó chơi chính thức</li> <li>- Tổ trọng tài theo dõi công bố đội thắng cuộc và lựa chọn hình thức thưởng phạt</li> <li>- Hs chú ý lắng nghe</li> </ul>

<p>- GV hướng dẫn thả lỏng.</p>	<p>- HS thực hiện thả lỏng tích cực.( 2 lần 8N)</p> 
<p><b>4. Vận dụng (3-4')</b></p> <p>- GV nêu câu hỏi</p> <p>- Căn cứ vào câu trả lời của HS Gv chốt kiến thức</p> <p>- GV khen HS sau tiết học.</p> <p>- Hướng dẫn sử dụng sách giáo khoa</p> <p>- Chia sẻ kiến thức chung</p> <p>- Gv hô “ Giải tán” !</p>	<p>- HS trả lời câu hỏi của GV</p> <p>- HS lắng nghe, nhận xét bạn</p> <p>- HS lắng nghe thực hiện</p> <p>- HS lắng nghe</p> <p>- Hs lắng nghe</p> <p>- HS lắng nghe thực hiện</p>  <p>- Hs hô “ Khỏe”!</p>

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU BÀI DẠY**

.....

.....

.....



## TUẦN 4

### HOẠT ĐỘNG GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 4 CHỦ ĐỀ 1: ĐỘI HÌNH ĐỘI NGŨ

#### Bài 2 - Tiết 3: Ôn động tác đi đều nhiều hàng dọc vòng bên phải – Trò chơi

#### I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

##### 1. Về kiến thức

- Biết khẩu lệnh và cách thực hiện động tác đi đều nhiều hàng dọc vòng bên phải.

##### 2. Về năng lực

- Biết hô khẩu lệnh và thực hiện được động tác đi đều nhiều hàng dọc vòng bên phải.

- Biết quan sát tranh, ảnh, động tác mẫu của GV để tập luyện và tự sửa sai động tác.

- Biết điều khiển tổ nhóm tập luyện

##### 3. Về phẩm chất

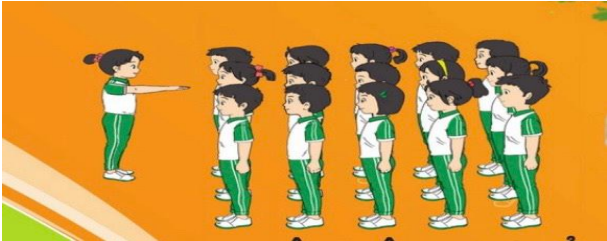
- Hăng hái và tích cực trong tập luyện.

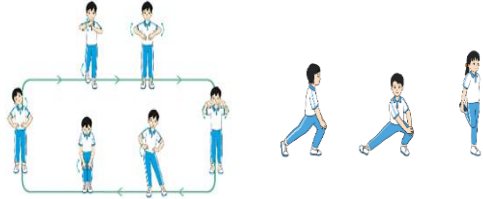
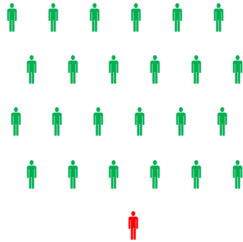
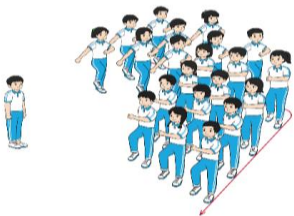
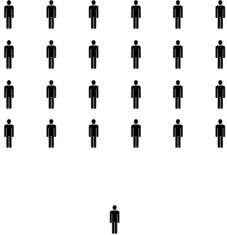
#### II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

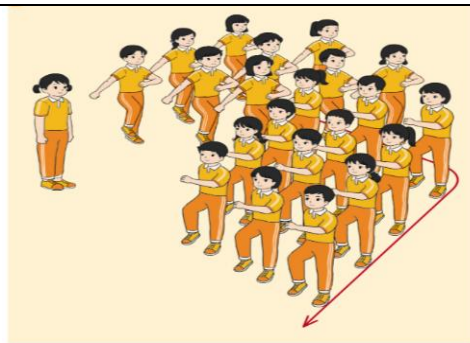
- Giáo viên chuẩn bị: Tranh, ảnh động tác, mắc cơ, còi.

- Học sinh chuẩn bị: Quần áo thể dục, giày thể thao hoặc dép có quai sau.

#### III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Hoạt động của giáo viên	Hoạt động của học sinh
<p><b>1. Khởi động: 4-6'</b></p> <p><b>1.1. Nhận lớp.</b></p> <p>- Gv nhận lớp.</p> <p>- Thăm hỏi sức khỏe học sinh</p> <p>- Phổ biến nội dung, yêu cầu bài học.</p>	<p><i>Đội hình nhận lớp</i></p>  <p>- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số và tình hình lớp.</p> <p>- Học sinh lắng nghe</p>
<p><b>1.2. Khởi động chung.</b></p> <p>- Yêu cầu lớp trưởng lên điều khiển.</p> <p>- Gv theo dõi, sửa sai, nhận xét.</p>	<p>- Cán sự lớp điều khiển, cả lớp khởi động tích cực.</p> <p>+ Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...</p>

	<p>+ Kéo dẫn cơ</p> 
<p><b>1.3. Khởi động tâm thể.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tổ chức học sinh vận động theo nhạc</li> </ul> <p>- Gv nhận xét</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cả lớp tích cực thực hiện theo hướng dẫn của giáo viên.</li> </ul>  <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hs lắng nghe</li> </ul>
<p><b>2. Hình thành kiến thức mới: 6-8'</b></p>	
<p><b>* Ôn động tác đi đều nhiều hàng dọc vòng bên phải.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- GV nêu tên động tác, nêu yêu cầu</li> </ul>  <ul style="list-style-type: none"> <li>- GV nhận xét</li> <li>- GV nêu những lỗi sai thường mắc và cách sửa sai động tác.</li> <li>- Triển khai đội hình tập luyện</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- HS chú ý lắng nghe thực hiện</li> <li>- Nhóm HS xung phong lên thực hiện lại động tác</li> <li>- HS dưới lớp quan sát nhận xét</li> </ul>  <ul style="list-style-type: none"> <li>- HS quan sát, lắng nghe</li> <li>- HS tập luyện dưới sự điều khiển của GV</li> </ul>
<p><b>3. Luyện tập- thực hành (15-17')</b></p> <p><b>* Tập đồng loạt</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Gv điều khiển cho lớp tập luyện tập.</li> <li>- Quan sát, sửa sai cho Hs.</li> <li>- Gv nhận xét.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cả lớp tập dưới sự điều khiển của giáo viên (1 lần)</li> <li>- Lớp trưởng điều khiển cho lớp tập (1 lần)</li> <li>- Hs chú ý lắng nghe</li> </ul>



**- Luyện tập theo tổ:**

- GV phân chia khu vực luyện tập, nêu nhiệm vụ luyện tập thực hành.
- GV quan sát, hướng dẫn và sửa sai cho HS các tổ.

- HS các tổ di chuyển đội hình theo khu vực được phân chia.

- Nhóm tổ HS thay phiên nhau hô; chú ý tự sửa sai và sửa sai cho bạn trong nhóm



- LT cho các tổ trưởng báo cáo kết quả tập luyện của tổ mình và tổ bạn.

- HS lắng nghe

- HS đại diện các tổ lên thi đua.

- HS dưới lớp quan sát và bình chọn

**- Thi đua tổ**

- GV nhận xét, tuyên dương.

**\*Trò chơi: “Vòng phải tải hàng” (3-5’)**

- Nêu tên trò chơi, mục đích của trò chơi, cách chơi, luật chơi.

- Gv hướng dẫn mẫu.

- Lưu ý học sinh đảm bảo an toàn khi chơi

- Hs chú ý lắng nghe, lựa chọn trò chơi.

- Cả lớp quan sát.

- Hs chú ý lắng nghe.

**Trò chơi rèn luyện đội hình đội ngũ**  
Trò chơi “Vòng phải tải hàng”



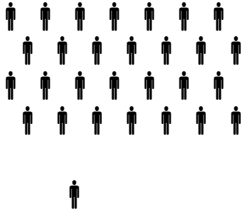
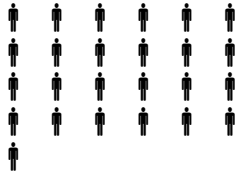
Hình 6. Trò chơi “Vòng phải tải hàng”

- Bầu cử tổ trọng tài

- Hs tham gia trò chơi (nháp) sau đó chơi chính thức

- Tổ chức cho các đội thi đua

- Gv nhận xét, tuyên dương.

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tổ trọng tài theo dõi công bố đội thắng cuộc và lựa chọn hình thức thưởng phạt</li> <li>- Hs chú ý lắng nghe</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- GV hướng dẫn thả lỏng.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- HS thực hiện thả lỏng tích cực.( 2 lần 8N)</li> </ul> 
<p><b>4. Vận dụng (3-4')</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- GV nêu câu hỏi</li> <li>- Căn cứ vào câu trả lời của HS Gv chốt kiến thức</li> <li>- GV khen HS sau tiết học.</li> <li>- Hướng dẫn sử dụng sách giáo khoa</li> <li>- Chia sẻ kiến thức chung</li> </ul> <p>- Gv hô “ Giải tán” !</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- HS trả lời câu hỏi của GV</li> <li>- HS lắng nghe, nhận xét bạn</li> <li>- HS lắng nghe thực hiện</li> <li>- HS lắng nghe</li> <li>- Hs lắng nghe</li> <li>- HS lắng nghe thực hiện</li> </ul>  <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hs hô “ Khỏe”!</li> </ul>

#### IV. ĐIỀU CHỈNH SAU BÀI DẠY

.....

.....

.....

## TUẦN 4

### HOẠT ĐỘNG GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 4 CHỦ ĐỀ 1: ĐỘI HÌNH ĐỘI NGŨ

#### Bài 2 - Tiết 4: Ôn động tác đi đều nhiều hàng dọc vòng bên phải – Trò chơi

#### I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

##### 1. Về kiến thức

- Biết khẩu lệnh và cách thực hiện động tác đi đều nhiều hàng dọc vòng bên phải.

##### 2. Về năng lực

- Biết hô khẩu lệnh và thực hiện được động tác đi đều nhiều hàng dọc vòng bên phải.

- Biết quan sát tranh, ảnh, động tác mẫu của GV để tập luyện và tự sửa sai động tác.

- Biết điều khiển tổ nhóm tập luyện

##### 3. Về phẩm chất

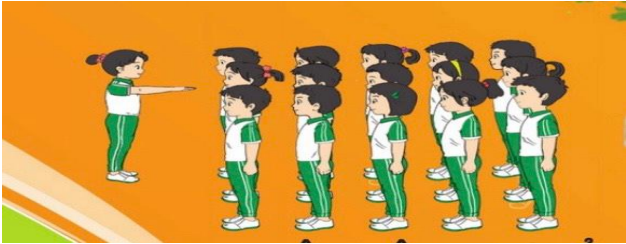
- Hăng hái và tích cực trong tập luyện.

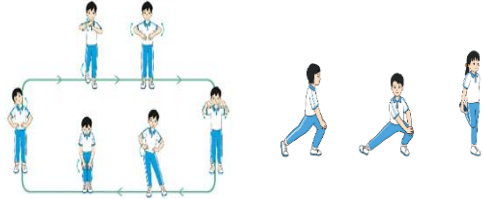
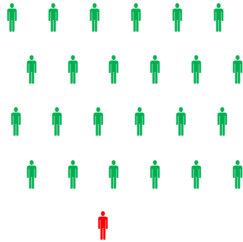
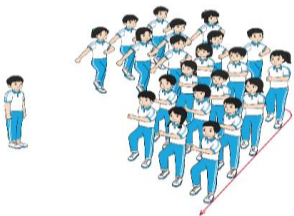
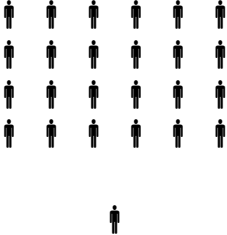
#### II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

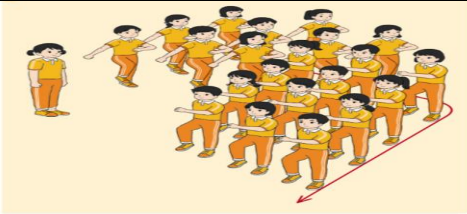
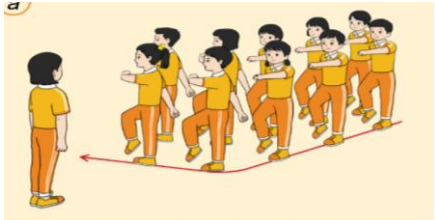

- Giáo viên chuẩn bị: Tranh, ảnh động tác, mắc cơ, còi.

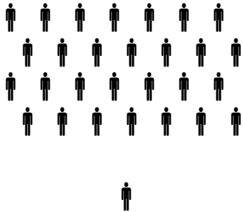
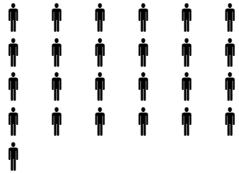
- Học sinh chuẩn bị: Quần áo thể dục, giày thể thao hoặc dép có quai sau.

#### III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Hoạt động của giáo viên	Hoạt động của học sinh
<p><b>1. Khởi động: 4-6'</b></p> <p><b>1.1. Nhận lớp.</b></p> <p>- Gv nhận lớp.</p> <p>- Thăm hỏi sức khỏe học sinh</p> <p>- Phổ biến nội dung, yêu cầu bài học.</p>	<p><i>Đội hình nhận lớp</i></p>  <p>- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số và tình hình lớp.</p> <p>- Học sinh lắng nghe</p>
<p><b>1.2. Khởi động chung.</b></p> <p>- Yêu cầu lớp trưởng lên điều khiển.</p> <p>- Gv theo dõi, sửa sai, nhận xét.</p>	<p>- Cán sự lớp điều khiển, cả lớp khởi động tích cực.</p> <p>+ Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...</p>

	<p>+ Kéo dẫn cơ</p> 
<p><b>1.3. Khởi động tâm thể.</b></p> <p>- Tổ chức học sinh vận động theo nhạc</p> <p>- Gv nhận xét</p>	<p>- Cả lớp tích cực thực hiện theo hướng dẫn của giáo viên.</p>  <p>- Hs lắng nghe</p>
<p><b>2. Hình thành kiến thức mới: 6-8'</b></p>	
<p><b>* Ôn động tác đi đều nhiều hàng dọc vòng bên phải.</b></p> <p>- GV nêu tên động tác, nêu yêu cầu</p>  <p>- GV nhận xét</p> <p>- GV nêu những lỗi sai thường mắc và cách sửa sai động tác.</p> <p>- Triển khai đội hình tập luyện</p>	<p>- HS chú ý lắng nghe thực hiện</p> <p>- Nhóm HS xung phong lên thực hiện lại động tác</p> <p>- HS dưới lớp quan sát nhận xét</p>  <p>- HS quan sát, lắng nghe</p> <p>- HS tập luyện dưới sự điều khiển của GV</p>
<p><b>3. Luyện tập- thực hành (15-17')</b></p> <p><b>* Tập đồng loạt</b></p> <p>- Gv điều khiển cho lớp luyện tập.</p> <p>- Quan sát, sửa sai cho Hs.</p> <p>- Gv nhận xét.</p>	<p>- Cả lớp tập dưới sự điều khiển của giáo viên (1 lần)</p> <p>- Lớp trưởng điều khiển cho lớp tập (1 lần)</p> <p>- Hs chú ý lắng nghe</p>

	
<p><b>- Luyện tập theo tổ:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- GV phân chia khu vực luyện tập, nêu nhiệm vụ luyện tập thực hành.</li> <li>- GV quan sát, hướng dẫn và sửa sai cho HS các tổ.</li> </ul> <p><b>- Thi đua tổ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- GV nhận xét, tuyên dương.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- HS các tổ di chuyển đội hình theo khu vực được phân chia.</li> <li>- Nhóm tổ HS thay phiên nhau hô; chú ý tự sửa sai và sửa sai cho bạn trong nhóm</li> </ul>  <ul style="list-style-type: none"> <li>- LT cho các tổ trưởng báo cáo kết quả tập luyện của tổ mình và tổ bạn.</li> <li>- HS lắng nghe</li> <li>- HS đại diện các tổ lên thi đua.</li> <li>- HS dưới lớp quan sát và bình chọn</li> </ul>
<p><b>*Trò chơi: “Vòng phải tải hàng” (3-5’)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Nêu tên trò chơi, mục đích của trò chơi, cách chơi, luật chơi.</li> <li>- Gv hướng dẫn mẫu.</li> <li>- Lưu ý học sinh đảm bảo an toàn khi chơi</li> </ul> <p><b>- Tổ chức cho các đội thi đua</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Gv nhận xét, tuyên dương.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Hs chú ý lắng nghe, lựa chọn trò chơi.</li> <li>- Cả lớp quan sát.</li> <li>- Hs chú ý lắng nghe.</li> </ul>  <p><small>Trò chơi rèn luyện đội hình đội ngũ Trò chơi “Vòng phải tải hàng”</small></p> <p><small>Hình 6. Trò chơi “Vòng phải tải hàng”</small></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bầu cử tổ trọng tài</li> <li>- Hs tham gia trò chơi (nháp) sau đó chơi chính thức</li> <li>- Tổ trọng tài theo dõi công bố đội thắng cuộc và lựa chọn hình thức thưởng phạt</li> <li>- Hs chú ý lắng nghe</li> </ul>

<p>- GV hướng dẫn thả lỏng.</p>	<p>- HS thực hiện thả lỏng tích cực.( 2 lần 8N)</p> 
<p><b>4. Vận dụng (3-4')</b></p> <p>- GV nêu câu hỏi</p> <p>- Căn cứ vào câu trả lời của HS Gv chốt kiến thức</p> <p>- GV khen HS sau tiết học.</p> <p>- Hướng dẫn sử dụng sách giáo khoa</p> <p>- Chia sẻ kiến thức chung</p> <p>- Gv hô “ Giải tán” !</p>	<p>- HS trả lời câu hỏi của GV</p> <p>- HS lắng nghe, nhận xét bạn</p> <p>- HS lắng nghe thực hiện</p> <p>- HS lắng nghe</p> <p>- Hs lắng nghe</p> <p>- HS lắng nghe thực hiện</p>  <p>- Hs hô “ Khỏe”!</p>

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU BÀI DẠY**

.....

.....

.....



## TUẦN 5

### HOẠT ĐỘNG GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 4 CHỦ ĐỀ 1: ĐỘI HÌNH ĐỘI NGŨ

#### BÀI 3: ĐỘNG TÁC ĐI ĐỀU MỘT HÀNG DỌC VÒNG BÊN TRÁI ( 4 TIẾT)

##### Tiết 1: Động tác đi đều một hàng dọc vòng bên trái – Trò chơi

### I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

#### 1. Về kiến thức

- Biết khẩu lệnh và cách thực hiện động tác đi đều một hàng dọc vòng bên trái.

#### 2. Về năng lực

- Biết hô khẩu lệnh và thực hiện được động tác đi đều một hàng dọc vòng bên trái.
- Biết quan sát tranh, ảnh, động tác mẫu của GV để tập luyện và tự sửa sai động tác.
- Biết điều khiển tổ nhóm tập luyện

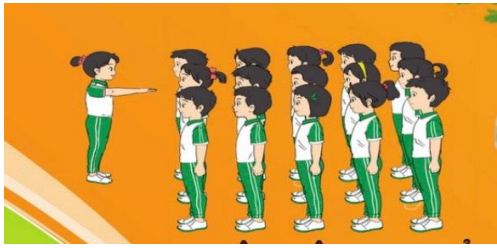
#### 3. Về phẩm chất

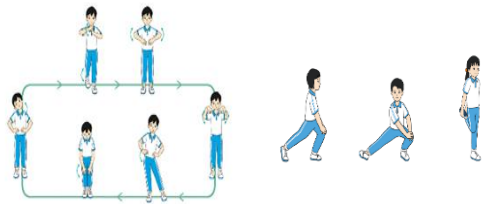

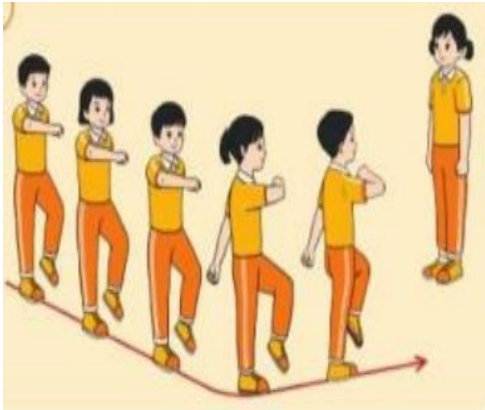
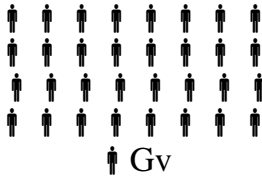
- Hăng hái và tích cực, đoàn kết trong tập luyện.

### II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

- Giáo viên chuẩn bị: Tranh, ảnh động tác, mắc cơ, còi.
- Học sinh chuẩn bị: Quần áo thể dục, giày thể thao hoặc dép có quai sau.

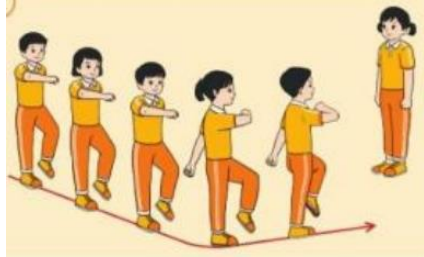
### III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Hoạt động của giáo viên	Hoạt động của học sinh
<p><b>1. Khởi động: 4-6'</b></p> <p><b>1.1. Nhận lớp.</b></p> <p>- Gv nhận lớp.</p> <p>- Thăm hỏi sức khỏe học sinh</p> <p>- Phổ biến nội dung, yêu cầu bài học.</p>	<p><i>Đội hình nhận lớp</i></p>  <p>- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số và tình hình lớp.</p> <p>- Học sinh lắng nghe</p>
<p><b>1.2. Khởi động chung.</b></p> <p>- Yêu cầu lớp trưởng lên điều khiển.</p> <p>- Gv theo dõi, sửa sai, nhận xét.</p>	<p>- Cán sự lớp điều khiển, cả lớp khởi động tích cực.</p> <p>+ Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...</p>

	<p>+ Kéo dẫn cơ</p> 
<p><b>1.3. Khởi động tâm thể.</b></p> <p>- Trò chơi: “Cánh quạt vui nhộn”</p> <p>- Gv nhận xét</p>	<p>- HS tham gia trò chơi tích cực, đúng luật</p>  <p>Hình 3. Trò chơi “Cánh quạt vui nhộn”</p> <p>- Hs lắng nghe</p>
<p><b>2. Hình thành kiến thức mới: 6-8’</b></p>	
<p><b>* Học động tác đi đều một hàng dọc vòng bên trái.</b></p> <p>- GV treo tranh, nêu yêu cầu</p>  <p>- GV nhận xét</p> <p>- GV làm mẫu phân tích lại động tác</p> <p>- GV nêu những lỗi sai thường mắc và cách sửa sai động tác.</p>	<p>- HS quan sát tranh</p> <p>- Suy nghĩ cá nhân</p> <p>- Thảo luận nhóm 2</p> <p>- Nhóm HS chia sẻ kết quả thảo luận</p> <p>- HS quan sát nhận xét bạn</p>  <p>Gv</p> <p>- Hs quan sát GV làm mẫu, phân tích động tác.</p> <p>- HS lắng nghe</p> <p>- Triển khai đội hình tập luyện</p>
<p><b>3. Luyện tập- thực hành (15-17’)</b></p> <p><b>* Tập đồng loạt</b></p> <p>- Gv điều khiển cho lớp luyện tập.</p> <p>- Quan sát, sửa sai cho Hs.</p> <p>- Gv nhận xét.</p>	<p>- Cả lớp tập dưới sự điều khiển của giáo viên (1 lần)</p> <p>- Lớp trưởng điều khiển cho lớp tập (1 lần)</p> <p>- Hs chú ý lắng nghe</p>

**- Luyện tập theo tổ:**

- GV phân chia khu vực luyện tập, nêu nhiệm vụ luyện tập thực hành.
- GV quan sát, hướng dẫn và sửa sai cho HS các tổ.



**- Thi đua tổ**

- GV nhận xét, tuyên dương.

- HS các tổ di chuyển đội hình theo khu vực được phân chia.

- Nhóm tổ HS thay phiên nhau hô; chú ý tự sửa sai và sửa sai cho bạn trong nhóm

- LT cho các tổ trưởng báo cáo kết quả tập luyện của tổ mình và tổ bạn.

- HS lắng nghe

- HS đại diện các tổ lên thi đua.

- HS dưới lớp quan sát và bình chọn

**\*Trò chơi: “Vòng tròn siêu tốc” (3-5’)**

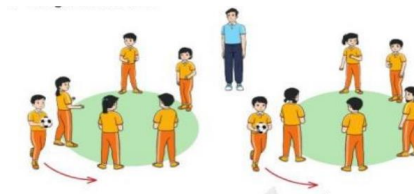
- Nêu tên trò chơi, mục đích của trò chơi, cách chơi, luật chơi.

- Gv hướng dẫn mẫu.

- Lưu ý học sinh đảm bảo an toàn khi chơi

- Tổ chức cho các đội thi đua

- Gv nhận xét, tuyên dương.



Hình 6. Trò chơi “Vòng tròn siêu tốc”

- Hs chú ý lắng nghe, lựa chọn trò chơi.

- Cả lớp quan sát.

- Hs chú ý lắng nghe.

- Bầu cử tổ trọng tài

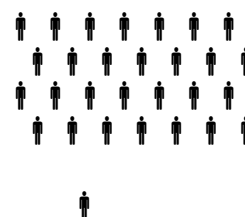
- Hs tham gia trò chơi (nháp) sau đó chơi chính thức

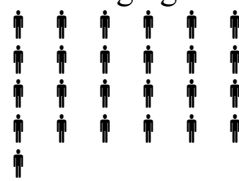
- Tổ trọng tài theo dõi công bố đội thắng cuộc và lựa chọn hình thức thưởng phạt

- Hs chú ý lắng nghe

**- GV hướng dẫn thả lỏng.**

- HS thực hiện thả lỏng tích cực.( 2 lần 8N)



<p><b>4. Vận dụng (3-4')</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- GV nêu câu hỏi</li> <li>- Căn cứ vào câu trả lời của HS Gv chốt kiến thức</li> <li>- GV khen HS sau tiết học.</li> <li>- Hướng dẫn sử dụng sách giáo khoa</li> <li>- Chia sẻ kiến thức chung</li> </ul> <p>- Gv hô “ Giải tán” !</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- HS trả lời câu hỏi của GV</li> <li>- HS lắng nghe, nhận xét bạn</li> <li>- HS lắng nghe thực hiện</li> <li>- HS lắng nghe</li> <li>- Hs lắng nghe</li> <li>- HS lắng nghe thực hiện</li> </ul>  <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hs hô “ Khỏe”!</li> </ul>
--	---

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU BÀI DẠY**

.....

.....

.....

## TUẦN 5

### HOẠT ĐỘNG GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 4 CHỦ ĐỀ 1: ĐỘI HÌNH ĐỘI NGŨ

#### Bài 3 - Tiết 2: Động tác đi đều một hàng dọc vòng bên trái – Trò chơi

#### I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

##### 1. Về kiến thức

- Biết khẩu lệnh và cách thực hiện động tác đi đều một hàng dọc vòng bên trái.

##### 2. Về năng lực

- Biết hô khẩu lệnh và thực hiện được động tác đi đều một hàng dọc vòng bên trái.
- Biết quan sát tranh, ảnh, động tác mẫu của GV để tập luyện và tự sửa sai động tác.
- Biết điều khiển tổ nhóm tập luyện


##### 3. Về phẩm chất

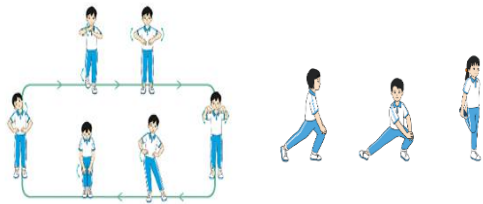
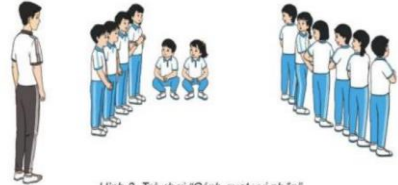


- Hăng hái và tích cực, đoàn kết trong tập luyện.

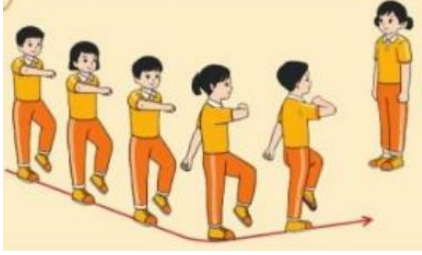
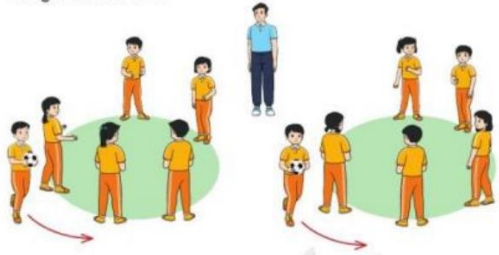
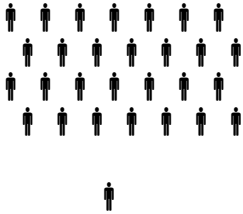
#### II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

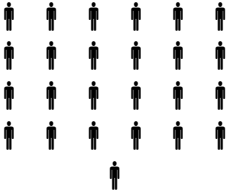
- Giáo viên chuẩn bị: Tranh, ảnh động tác, mắc cơ, còi.
- Học sinh chuẩn bị: Quần áo thể dục, giày thể thao hoặc dép có quai sau.

#### III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Hoạt động của giáo viên	Hoạt động của học sinh
<p><b>1. Khởi động: 4-6'</b></p> <p><b>1.1. Nhận lớp.</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Gv nhận lớp.</li><li>- Thăm hỏi sức khỏe học sinh</li><li>- Phổ biến nội dung, yêu cầu bài học.</li></ul>	<p><i>Đội hình nhận lớp</i></p>  <ul style="list-style-type: none"><li>- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số và tình hình lớp.</li><li>- Học sinh lắng nghe</li></ul>
<p><b>1.2. Khởi động chung.</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Yêu cầu lớp trưởng lên điều khiển.</li><li>- Gv theo dõi, sửa sai, nhận xét.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Cán sự lớp điều khiển, cả lớp khởi động tích cực.</li><li>+ Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...</li></ul>

	<p>+ Kéo dẫn cơ</p> 
<p><b>1.3. Khởi động tâm thể.</b></p> <p>- Trò chơi: “Cánh quạt vui nhộn”</p> <p>- Gv nhận xét</p>	<p>- HS tham gia trò chơi tích cực, đúng luật</p>  <p>Hình 3. Trò chơi “Cánh quạt vui nhộn”</p> <p>- Hs lắng nghe</p>
<p><b>2. Hình thành kiến thức mới: 6-8’</b></p>	
<p><b>* Ôn động tác đi đều một hàng dọc vòng bên trái.</b></p> <p>- GV nêu tên động tác, nêu yêu cầu</p>  <p>- GV nhận xét</p> <p>- GV nêu những lỗi sai thường mắc và cách sửa sai động tác.</p> <p>- Triển khai đội hình tập luyện</p>	<p>- HS chú ý lắng nghe thực hiện</p> <p>- Nhóm HS xung phong lên thực hiện lại động tác</p> <p>- HS dưới lớp quan sát nhận xét</p>  <p>- HS quan sát, lắng nghe</p> <p>- HS tập luyện dưới sự điều khiển của GV</p>
<p><b>3. Luyện tập- thực hành (15-17’)</b></p> <p><b>* Tập đồng loạt</b></p> <p>- Gv điều khiển cho lớp luyện tập.</p> <p>- Quan sát, sửa sai cho Hs.</p> <p>- Gv nhận xét.</p>	<p>- Cả lớp tập dưới sự điều khiển của giáo viên (1 lần)</p> <p>- Lớp trưởng điều khiển cho lớp tập (1 lần)</p> <p>- Hs chú ý lắng nghe</p>
<p>- <b>Luyện tập theo tổ:</b></p> <p>- GV phân chia khu vực luyện tập, nêu nhiệm vụ luyện tập thực hành.</p> <p>- GV quan sát, hướng dẫn và sửa sai cho HS các tổ.</p>	<p>- HS các tổ di chuyển đội hình theo khu vực được phân chia.</p> <p>- Nhóm tổ HS thay phiên nhau hô; chú ý tự sửa sai và sửa sai cho bạn trong nhóm</p>

 <p><b>- Thi đua tổ</b></p> <p>- GV nhận xét, tuyên dương.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- LT cho các tổ trưởng báo cáo kết quả tập luyện của tổ mình và tổ bạn.</li> <li>- HS lắng nghe</li> <li>- HS đại diện các tổ lên thi đua.</li> <li>- HS dưới lớp quan sát và bình chọn</li> </ul>
<p><b>*Trò chơi: “Vòng tròn siêu tốc” (3-5’)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Nêu tên trò chơi, mục đích của trò chơi, cách chơi, luật chơi.</li> <li>- Gv hướng dẫn mẫu.</li> <li>- Lưu ý học sinh đảm bảo an toàn khi chơi</li> </ul> <p>- Tổ chức cho các đội thi đua</p> <p>- Gv nhận xét, tuyên dương.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Hs chú ý lắng nghe, lựa chọn trò chơi.</li> <li>- Cả lớp quan sát.</li> <li>- Hs chú ý lắng nghe.</li> </ul>  <p>Hình 6. Trò chơi “Vòng tròn siêu tốc”</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bầu cử tổ trọng tài</li> <li>- Hs tham gia trò chơi (nháp) sau đó chơi chính thức</li> <li>- Tổ trọng tài theo dõi công bố đội thắng cuộc và lựa chọn hình thức thưởng phạt</li> <li>- Hs chú ý lắng nghe</li> </ul>
<p><b>- GV hướng dẫn thả lỏng.</b></p> <p>- GV quan sát nhận xét</p>	<p>- HS thực hiện thả lỏng tích cực.( 2 lần 8N)</p> 
<p><b>4. Vận dụng (3-4’)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- GV nêu câu hỏi</li> <li>- Căn cứ vào câu trả lời của HS Gv chốt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- HS trả lời câu hỏi của GV</li> <li>- HS lắng nghe, nhận xét bạn</li> </ul>

<p>kiến thức</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- GV khen HS sau tiết học.</li> <li>- Hướng dẫn sử dụng sách giáo khoa</li> <li>- Chia sẻ kiến thức chung</li> </ul> <p>- Gv hô “ Giải tán” !</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- HS lắng nghe thực hiện</li> <li>- HS lắng nghe</li> <li>- Hs lắng nghe</li> <li>- HS lắng nghe thực hiện</li> </ul>  <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hs hô “ Khỏe”!</li> </ul>
---	---

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU BÀI DẠY**

.....

.....

.....



## TUẦN 6

### HOẠT ĐỘNG GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 4 CHỦ ĐỀ 1: ĐỘI HÌNH ĐỘI NGŨ

#### Bài 3 - Tiết 3: Động tác đi đều một hàng dọc vòng bên trái – Trò chơi

#### I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

##### 1. Về kiến thức

- Biết khẩu lệnh và cách thực hiện động tác đi đều một hàng dọc vòng bên trái.

##### 2. Về năng lực

- Biết hô khẩu lệnh và thực hiện được động tác đi đều một hàng dọc vòng bên trái.
- Biết quan sát tranh, ảnh, động tác mẫu của GV để tập luyện và tự sửa sai động tác.
- Biết điều khiển tổ nhóm tập luyện

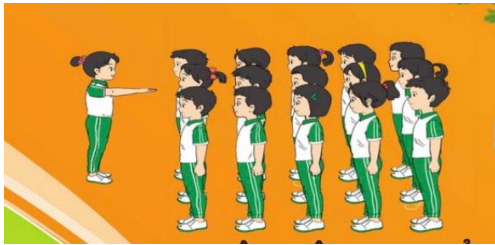
##### 3. Về phẩm chất

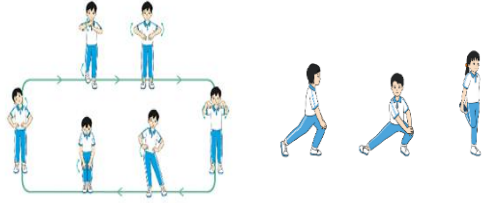

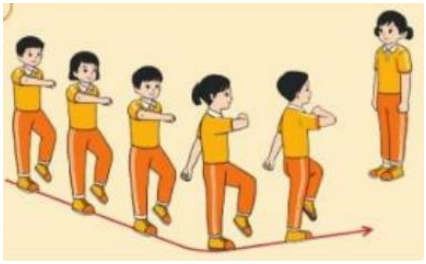
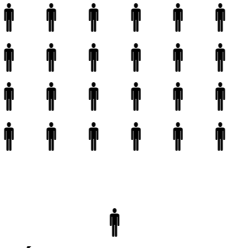
- Hăng hái và tích cực, đoàn kết trong tập luyện.

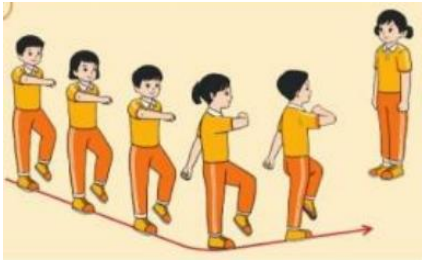
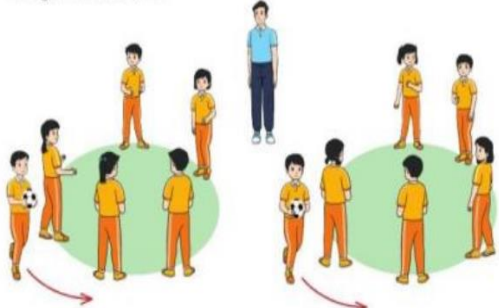
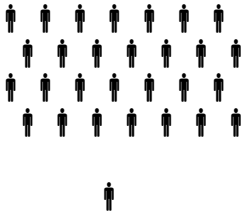
#### II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

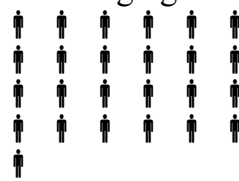
- Giáo viên chuẩn bị: Tranh, ảnh động tác, mắc cơ, còi.
- Học sinh chuẩn bị: Quần áo thể dục, giày thể thao hoặc dép có quai sau.

#### III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Hoạt động của giáo viên	Hoạt động của học sinh
<p><b>1. Khởi động: 4-6'</b></p> <p><b>1.1. Nhận lớp.</b></p> <p>- Gv nhận lớp.</p> <p>- Thăm hỏi sức khỏe học sinh</p> <p>- Phổ biến nội dung, yêu cầu bài học.</p>	<p><i>Đội hình nhận lớp</i></p>  <p>- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số và tình hình lớp.</p> <p>- Học sinh lắng nghe</p>
<p><b>1.2. Khởi động chung.</b></p> <p>- Yêu cầu lớp trưởng lên điều khiển.</p> <p>- Gv theo dõi, sửa sai, nhận xét.</p>	<p>- Cán sự lớp điều khiển, cả lớp khởi động tích cực.</p> <p>+ Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...</p>

	<p>+ Kéo dẫn cơ</p> 
<p><b>1.3. Khởi động tâm thể.</b></p> <p>- Trò chơi: “Cánh quạt vui nhộn”</p> <p>- Gv nhận xét</p>	<p>- HS tham gia trò chơi tích cực, đúng luật</p>  <p>Hình 3. Trò chơi “Cánh quạt vui nhộn”</p> <p>- Hs lắng nghe</p>
<p><b>2. Hình thành kiến thức mới: 6-8’</b></p>	
<p><b>* Ôn động tác đi đều một hàng dọc vòng bên trái.</b></p> <p>- GV nêu tên động tác, nêu yêu cầu</p>  <p>- GV nhận xét</p> <p>- GV nêu những lỗi sai thường mắc và cách sửa sai động tác.</p> <p>- Triển khai đội hình tập luyện</p>	<p>- HS chú ý lắng nghe thực hiện</p> <p>- Nhóm HS xung phong lên thực hiện lại động tác</p> <p>- HS dưới lớp quan sát nhận xét</p>  <p>- HS quan sát, lắng nghe</p> <p>- HS tập luyện dưới sự điều khiển của GV</p>
<p><b>3. Luyện tập- thực hành (15-17’)</b></p> <p><b>* Tập đồng loạt</b></p> <p>- Gv điều khiển cho lớp luyện tập.</p> <p>- Quan sát, sửa sai cho Hs.</p> <p>- Gv nhận xét.</p>	<p>- Cả lớp tập dưới sự điều khiển của giáo viên (1 lần)</p> <p>- Lớp trưởng điều khiển cho lớp tập (1 lần)</p> <p>- Hs chú ý lắng nghe</p>
<p><b>- Luyện tập theo tổ:</b></p> <p>- GV phân chia khu vực luyện tập, nêu nhiệm vụ luyện tập thực hành.</p> <p>- GV quan sát, hướng dẫn và sửa sai cho</p>	<p>- HS các tổ di chuyển đội hình theo khu vực được phân chia.</p> <p>- Nhóm tổ HS thay phiên nhau hô; chú ý tự sửa sai và sửa sai cho bạn trong nhóm</p>

<p>HS các tổ.</p>  <p>- <b>Thi đua tổ</b></p> <p>- GV nhận xét, tuyên dương.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- LT cho các tổ trưởng báo cáo kết quả tập luyện của tổ mình và tổ bạn.</li> <li>- HS lắng nghe</li> <li>- HS đại diện các tổ lên thi đua.</li> <li>- HS dưới lớp quan sát và bình chọn</li> </ul>
<p><b>*Trò chơi: “Vòng tròn siêu tốc” (3-5’)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Nêu tên trò chơi, mục đích của trò chơi, cách chơi, luật chơi.</li> <li>- Gv hướng dẫn mẫu.</li> <li>- Lưu ý học sinh đảm bảo an toàn khi chơi</li> </ul> <p>- Tổ chức cho các đội thi đua</p> <p>- Gv nhận xét, tuyên dương.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Hs chú ý lắng nghe, lựa chọn trò chơi.</li> <li>- Cả lớp quan sát.</li> <li>- Hs chú ý lắng nghe.</li> </ul>  <p>Hình 6. Trò chơi “Vòng tròn siêu tốc”</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bầu cử tổ trọng tài</li> <li>- Hs tham gia trò chơi (nháp) sau đó chơi chính thức</li> <li>- Tổ trọng tài theo dõi công bố đội thắng cuộc và lựa chọn hình thức thưởng phạt</li> <li>- Hs chú ý lắng nghe</li> </ul>
<p>- <b>GV hướng dẫn thả lỏng.</b></p> <p>- GV quan sát nhận xét</p>	<p>- HS thực hiện thả lỏng tích cực.( 2 lần 8N)</p> 

<p><b>4. Vận dụng (3-4')</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- GV nêu câu hỏi</li> <li>- Căn cứ vào câu trả lời của HS Gv chốt kiến thức</li> <li>- GV khen HS sau tiết học.</li> <li>- Hướng dẫn sử dụng sách giáo khoa</li> <li>- Chia sẻ kiến thức chung</li> </ul> <p>- Gv hô “ Giải tán” !</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- HS trả lời câu hỏi của GV</li> <li>- HS lắng nghe, nhận xét bạn</li> <li>- HS lắng nghe thực hiện</li> <li>- HS lắng nghe</li> <li>- Hs lắng nghe</li> <li>- HS lắng nghe thực hiện</li> </ul>  <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hs hô “ Khỏe”!</li> </ul>
--	---

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU BÀI DẠY**

.....

.....

.....

## TUẦN 6

### HOẠT ĐỘNG GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 4 CHỦ ĐỀ 1: ĐỘI HÌNH ĐỘI NGŨ

#### Bài 3 - Tiết 4: Động tác đi đều một hàng dọc vòng bên trái – Trò chơi

#### I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

##### 1. Về kiến thức

- Biết khẩu lệnh và cách thực hiện động tác đi đều một hàng dọc vòng bên trái.

##### 2. Về năng lực

- Biết hô khẩu lệnh và thực hiện được động tác đi đều một hàng dọc vòng bên trái.
- Biết quan sát tranh, ảnh, động tác mẫu của GV để tập luyện và tự sửa sai động tác.
- Biết điều khiển tổ nhóm tập luyện

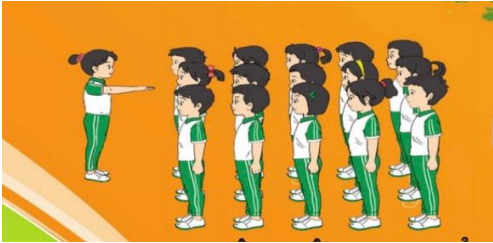
##### 3. Về phẩm chất

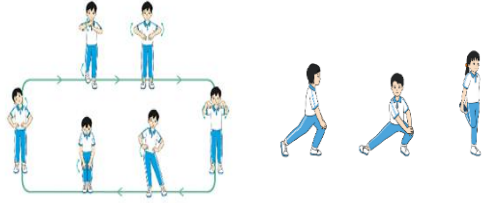

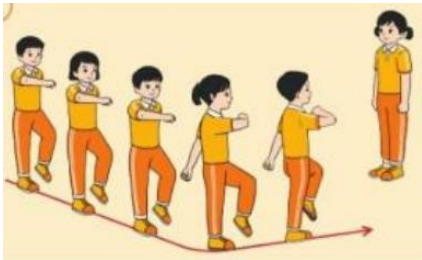
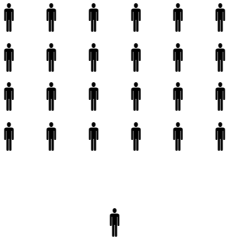
- Hăng hái và tích cực, đoàn kết trong tập luyện.

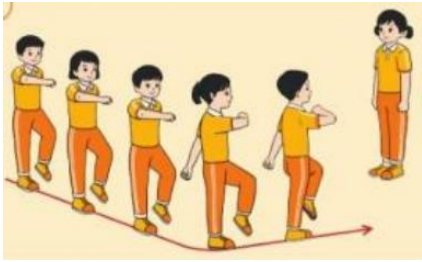
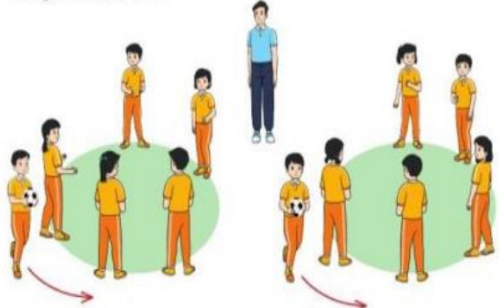


#### II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

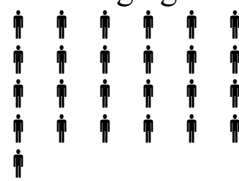
- Giáo viên chuẩn bị: Tranh, ảnh động tác, mắc cơ, còi.
- Học sinh chuẩn bị: Quần áo thể dục, giày thể thao hoặc dép có quai sau.

#### III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Hoạt động của giáo viên	Hoạt động của học sinh
<p><b>1. Khởi động: 3-4'</b></p> <p><b>1.1. Nhận lớp.</b></p> <p>- Gv nhận lớp.</p> <p>- Thăm hỏi sức khỏe học sinh</p> <p>- Phổ biến nội dung, yêu cầu bài học.</p>	<p><i>Đội hình nhận lớp</i></p>  <p>- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số và tình hình lớp.</p> <p>- Học sinh lắng nghe</p>
<p><b>1.2. Khởi động chung.</b></p> <p>- Yêu cầu lớp trưởng lên điều khiển.</p> <p>- Gv theo dõi, sửa sai, nhận xét.</p>	<p>- Cán sự lớp điều khiển, cả lớp khởi động tích cực.</p> <p>+ Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...</p>

	<p>+ Kéo dẫn cơ</p> 
<p><b>1.3. Khởi động tâm thế.</b></p> <p>- Trò chơi: “Cánh quạt vui nhộn”</p> <p>- Gv nhận xét</p>	<p>- HS tham gia trò chơi tích cực, đúng luật</p>  <p>Hình 3. Trò chơi “Cánh quạt vui nhộn”</p> <p>- Hs lắng nghe</p>
<p><b>2. Hình thành kiến thức mới: 6-8’</b></p>	
<p><b>* Ôn động tác đi đều một hàng dọc vòng bên trái.</b></p> <p>- GV nêu tên động tác, nêu yêu cầu</p>  <p>- GV nhận xét</p> <p>- GV nêu những lỗi sai thường mắc và cách sửa sai động tác.</p> <p>- Triển khai đội hình tập luyện</p>	<p>- HS chú ý lắng nghe thực hiện</p> <p>- Nhóm HS xung phong lên thực hiện lại động tác</p> <p>- HS dưới lớp quan sát nhận xét</p>  <p>- HS quan sát, lắng nghe</p> <p>- HS tập luyện dưới sự điều khiển của GV</p>
<p><b>3. Luyện tập- thực hành (15-17’)</b></p> <p><b>* Tập đồng loạt</b></p> <p>- Gv điều khiển cho lớp luyện tập.</p> <p>- Quan sát, sửa sai cho Hs.</p> <p>- Gv nhận xét.</p>	<p>- Cả lớp tập dưới sự điều khiển của giáo viên (1 lần)</p> <p>- Lớp trưởng điều khiển cho lớp tập (1 lần)</p> <p>- Hs chú ý lắng nghe</p>
<p>- <b>Luyện tập theo tổ:</b></p> <p>- GV phân chia khu vực luyện tập, nêu nhiệm vụ luyện tập thực hành.</p> <p>- GV quan sát, hướng dẫn và sửa sai cho</p>	<p>- HS các tổ di chuyển đội hình theo khu vực được phân chia.</p> <p>- Nhóm tổ HS thay phiên nhau hô; chú ý tự sửa sai và sửa sai cho bạn trong nhóm</p>

<p>HS các tổ.</p>  <p><b>- Thi đua tổ</b></p> <p>- GV nhận xét, tuyên dương.</p>	<p>- LT cho các tổ trưởng báo cáo kết quả tập luyện của tổ mình và tổ bạn.</p> <p>- HS lắng nghe</p> <p>- HS đại diện các tổ lên thi đua.</p> <p>- HS dưới lớp quan sát và bình chọn</p>
<p><b>*Trò chơi: “Vòng tròn siêu tốc” (3-5’)</b></p> <p>- Nêu tên trò chơi, mục đích của trò chơi, cách chơi, luật chơi.</p> <p>- Gv hướng dẫn mẫu.</p> <p>- Lưu ý học sinh đảm bảo an toàn khi chơi</p> <p>- Tổ chức cho các đội thi đua</p> <p>- Gv nhận xét, tuyên dương.</p>	<p>- Hs chú ý lắng nghe, lựa chọn trò chơi.</p> <p>- Cả lớp quan sát.</p> <p>- Hs chú ý lắng nghe.</p>  <p>Hình 6. Trò chơi “Vòng tròn siêu tốc”</p> <p>- Bầu cử tổ trọng tài</p> <p>- Hs tham gia trò chơi (nháp) sau đó chơi chính thức</p> <p>- Tổ trọng tài theo dõi công bố đội thắng cuộc và lựa chọn hình thức thưởng phạt</p> <p>- Hs chú ý lắng nghe</p>
<p><b>- GV hướng dẫn thả lỏng.</b></p> <p>- GV quan sát nhận xét</p>	<p>- HS thực hiện thả lỏng tích cực. ( 2 lần 8N)</p>  

<p><b>4. Vận dụng (3-4')</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- GV nêu câu hỏi</li> <li>- Căn cứ vào câu trả lời của HS Gv chốt kiến thức</li> <li>- GV khen HS sau tiết học.</li> <li>- Hướng dẫn sử dụng sách giáo khoa</li> <li>- Chia sẻ kiến thức chung</li> </ul> <p>- Gv hô “ Giải tán” !</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- HS trả lời câu hỏi của GV</li> <li>- HS lắng nghe, nhận xét bạn</li> <li>- HS lắng nghe thực hiện</li> <li>- HS lắng nghe</li> <li>- Hs lắng nghe</li> <li>- HS lắng nghe thực hiện</li> </ul>  <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hs hô “ Khỏe”!</li> </ul>
--	---

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU BÀI DẠY**

.....

.....

.....



## TUẦN 7

### HOẠT ĐỘNG GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 4 CHỦ ĐỀ 1: ĐỘI HÌNH ĐỘI NGŨ

#### BÀI 4: ĐỘNG TÁC ĐI ĐỀU NHIỀU HÀNG DỌC VÒNG BÊN TRÁI ( 4 TIẾT)

##### Tiết 1: Đi đều nhiều hàng dọc vòng bên trái – Trò chơi

### I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

#### 1. Về kiến thức

- Biết khẩu lệnh và cách thực hiện động tác đi đều nhiều hàng dọc vòng bên trái.

#### 2. Về năng lực

- Biết hô khẩu lệnh và thực hiện được động tác đi đều nhiều hàng dọc vòng bên trái.

- Biết quan sát tranh, ảnh, động tác mẫu của GV để tập luyện và tự sửa sai động tác.

- Biết điều khiển tổ nhóm tập luyện

#### 3. Về phẩm chất

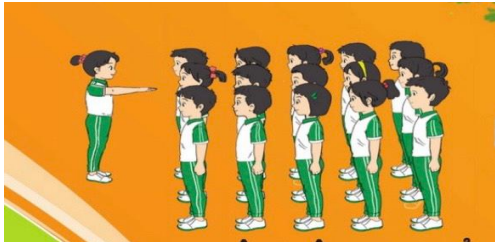
- Hăng hái và tích cực, đoàn kết trong tập luyện.

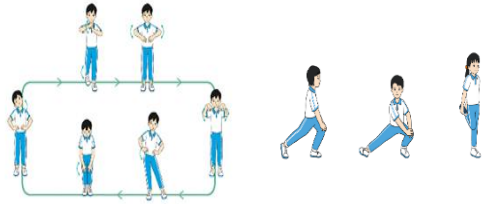
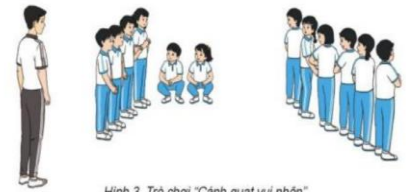
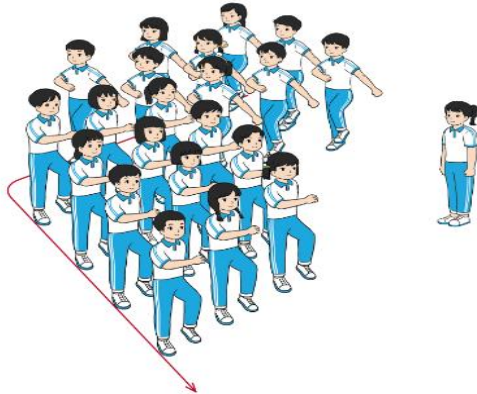
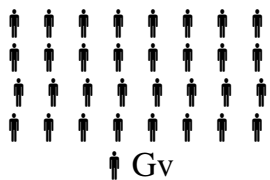
### II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

- Giáo viên chuẩn bị: Tranh, ảnh động tác, mắc cơ, còi.

- Học sinh chuẩn bị: Quần áo thể dục, giày thể thao hoặc dép có quai sau.

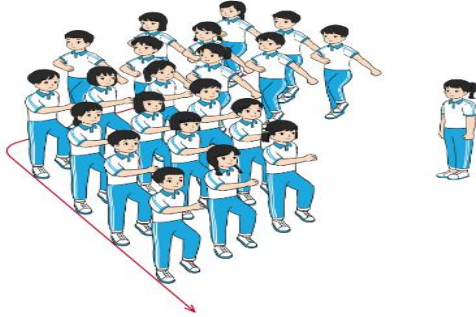
### III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Hoạt động của giáo viên	Hoạt động của học sinh
<p><b>1. Khởi động: 4-6'</b></p> <p><b>1.1. Nhận lớp.</b></p> <p>- Gv nhận lớp.</p> <p>- Thăm hỏi sức khỏe học sinh</p> <p>- Phổ biến nội dung, yêu cầu bài học.</p>	<p><i>Đội hình nhận lớp</i></p>  <p>- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số và tình hình lớp.</p> <p>- Học sinh lắng nghe</p>
<p><b>1.2. Khởi động chung.</b></p> <p>- Yêu cầu lớp trưởng lên điều khiển.</p> <p>- Gv theo dõi, sửa sai, nhận xét.</p>	<p>- Cán sự lớp điều khiển, cả lớp khởi động tích cực.</p> <p>+ Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông,</p>

	<p>gõ,.. + Kéo dẫn cơ</p> 
<p><b>1.3. Khởi động tâm thể.</b> - Trò chơi: “Cánh quạt vui nhộn”</p> <p>- Gv nhận xét</p>	<p>- HS tham gia trò chơi tích cực, đúng luật</p>  <p>Hình 3. Trò chơi “Cánh quạt vui nhộn”</p> <p>- Hs lắng nghe</p>
<p><b>2. Hình thành kiến thức mới: 6-8’</b> <b>* Học động tác đi đều nhiều hàng dọc vòng bên trái.</b> - GV treo tranh, nêu yêu cầu</p>  <p>- GV nhận xét - GV làm mẫu phân tích lại động tác - GV nêu những lỗi sai thường mắc và cách sửa sai động tác.</p>	<p>- HS quan sát tranh - Suy nghĩ cá nhân - Thảo luận nhóm 2 - Nhóm HS chia sẻ kết quả thảo luận - HS quan sát nhận xét bạn</p>  <p>- Hs quan sát GV làm mẫu, phân tích động tác. - HS lắng nghe - Triển khai đội hình tập luyện</p>
<p><b>3. Luyện tập- thực hành (15-17’)</b> <b>* Tập đồng loạt</b> - Gv điều khiển cho lớp luyện tập. - Quan sát, sửa sai cho Hs. - Gv nhận xét.</p>	<p>- Cả lớp tập dưới sự điều khiển của giáo viên (1 lần) - Lớp trưởng điều khiển cho lớp tập (1 lần) - Hs chú ý lắng nghe</p>

**- Luyện tập theo tổ:**

- GV phân chia khu vực luyện tập, nêu nhiệm vụ luyện tập thực hành.
- GV quan sát, hướng dẫn và sửa sai cho HS các tổ.



**- Thi đua tổ**

- GV nhận xét, tuyên dương.

- HS các tổ di chuyển đội hình theo khu vực được phân chia.

- Nhóm tổ HS thay phiên nhau hô; chú ý tự sửa sai và sửa sai cho bạn trong nhóm

- LT cho các tổ trưởng báo cáo kết quả tập luyện của tổ mình và tổ bạn.

- HS lắng nghe

- HS đại diện các tổ lên thi đua.

- HS dưới lớp quan sát và bình chọn

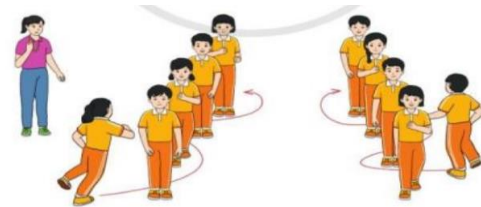
**\*Trò chơi: “Vượt chướng ngại vật” (3-5’)**

- Nêu tên trò chơi, mục đích của trò chơi, cách chơi, luật chơi.
- Gv hướng dẫn mẫu.
- Lưu ý học sinh đảm bảo an toàn khi chơi

- Hs chú ý lắng nghe, lựa chọn trò chơi.

- Cả lớp quan sát.

- Hs chú ý lắng nghe.



- Bầu cử tổ trọng tài

- Hs tham gia trò chơi (nháp) sau đó chơi chính thức

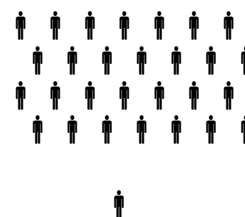
- Tổ trọng tài theo dõi công bố đội thắng cuộc và lựa chọn hình thức thưởng phạt

- Hs chú ý lắng nghe

**- GV hướng dẫn thả lỏng.**

- Gv nhận xét

- HS thực hiện thả lỏng tích cực.( 2 lần 8N)





## TUẦN 7

### HOẠT ĐỘNG GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 4 CHỦ ĐỀ 1: ĐỘI HÌNH ĐỘI NGŨ

#### Bài 4 - Tiết 2: Ôn đi đều nhiều hàng dọc vòng bên trái – Trò chơi

#### I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

##### 1. Về kiến thức

- Biết khẩu lệnh và cách thực hiện động tác đi đều nhiều hàng dọc vòng bên trái.

##### 2. Về năng lực

- Biết hô khẩu lệnh và thực hiện được động tác đi đều nhiều hàng dọc vòng bên trái.

- Biết quan sát tranh, ảnh, động tác mẫu của GV để tập luyện và tự sửa sai động tác.

- Biết điều khiển tổ nhóm tập luyện

##### 3. Về phẩm chất

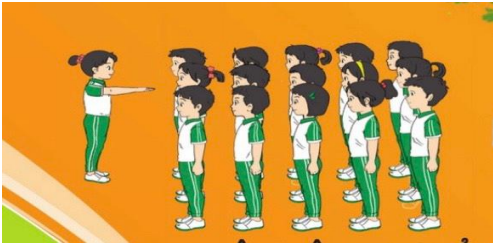
- Hăng hái và tích cực, đoàn kết trong tập luyện.

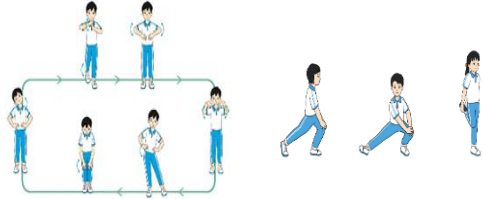
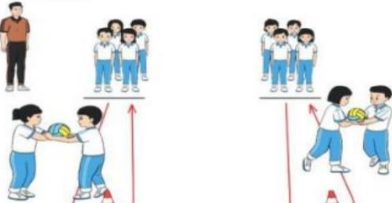
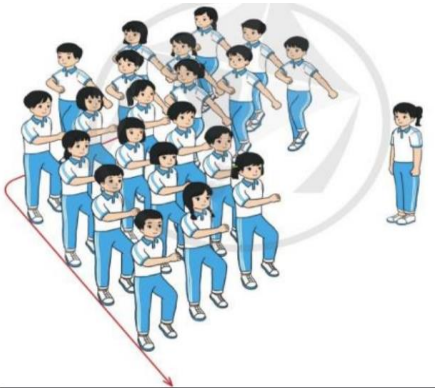
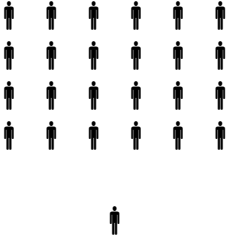
#### II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

- Giáo viên chuẩn bị: Tranh, ảnh động tác, mắc cơ, còi.

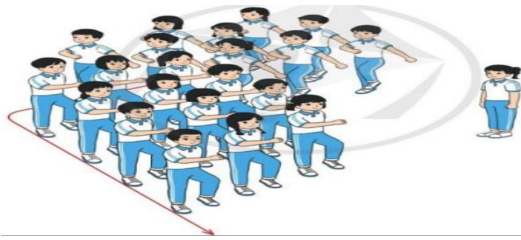
- Học sinh chuẩn bị: Quần áo thể dục, giày thể thao hoặc dép có quai sau.

#### III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Hoạt động của giáo viên	Hoạt động của học sinh
<p><b>1. Khởi động: 4-6'</b></p> <p><b>1.1. Nhận lớp.</b></p> <p>- Gv nhận lớp.</p> <p>- Thăm hỏi sức khỏe học sinh</p> <p>- Phổ biến nội dung, yêu cầu bài học.</p>	<p><i>Đội hình nhận lớp</i></p>  <p>- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số và tình hình lớp.</p> <p>- Học sinh lắng nghe</p>
<p><b>1.2. Khởi động chung.</b></p> <p>- Yêu cầu lớp trưởng lên điều khiển.</p> <p>- Gv theo dõi, sửa sai, nhận xét.</p>	<p>- Cán sự lớp điều khiển, cả lớp khởi động tích cực.</p> <p>+ Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...</p>

	<p>+ Kéo dẫn cơ</p> 
<p><b>1.3. Khởi động tâm thể.</b></p> <p>- Trò chơi: “Chuyển bóng tiếp sức”</p> <p>- Gv nhận xét</p>	<p>- HS tham gia trò chơi tích cực, đúng luật</p>  <p>Hình 3. Trò chơi “Chuyển bóng tiếp sức”</p> <p>- Hs lắng nghe</p>
<p><b>2. Hình thành kiến thức mới: 6-8’</b></p>	
<p><b>* Ôn động tác đi đều nhiều hàng dọc vòng bên trái.</b></p> <p>- GV nêu tên động tác, nêu yêu cầu</p>  <p>- GV nhận xét</p> <p>- GV nêu những lỗi sai thường mắc và cách sửa sai động tác.</p> <p>- Triển khai đội hình tập luyện</p>	<p>- HS chú ý lắng nghe thực hiện</p> <p>- Nhóm HS xung phong lên thực hiện lại động tác</p> <p>- HS dưới lớp quan sát nhận xét</p>  <p>- HS quan sát, lắng nghe</p> <p>- HS tập luyện dưới sự điều khiển của GV</p>
<p><b>3. Luyện tập- thực hành (15-17’)</b></p> <p><b>* Tập đồng loạt</b></p> <p>- Gv điều khiển cho lớp luyện tập.</p> <p>- Quan sát, sửa sai cho Hs.</p> <p>- Gv nhận xét.</p>	<p>- Cả lớp tập dưới sự điều khiển của giáo viên (1 lần)</p> <p>- Lớp trưởng điều khiển cho lớp tập (1 lần)</p> <p>- Hs chú ý lắng nghe</p>
<p><b>- Luyện tập theo tổ:</b></p>	<p>- HS các tổ di chuyển đội hình theo khu vực</p>

- GV phân chia khu vực luyện tập, nêu nhiệm vụ luyện tập thực hành.
- GV quan sát, hướng dẫn và sửa sai cho HS các tổ.



**- Thi đua tổ**

- GV nhận xét, tuyên dương.

được phân chia.

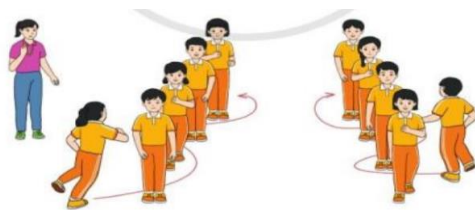
- Nhóm tổ HS thay phiên nhau hô; chú ý tự sửa sai và sửa sai cho bạn trong nhóm

- LT cho các tổ trưởng báo cáo kết quả tập luyện của tổ mình và tổ bạn.
- HS lắng nghe

- HS đại diện các tổ lên thi đua.
- HS dưới lớp quan sát và bình chọn

**\*Trò chơi: “Vượt chướng ngại vật” (3-5’)**

- Nêu tên trò chơi, mục đích của trò chơi, cách chơi, luật chơi.
- Gv hướng dẫn mẫu.
- Lưu ý học sinh đảm bảo an toàn khi chơi



- Tổ chức cho các đội thi đua
- Gv nhận xét, tuyên dương.

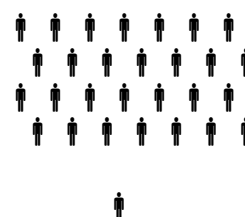
- Hs chú ý lắng nghe, lựa chọn trò chơi.

- Cả lớp quan sát.
- Hs chú ý lắng nghe.

- Bầu cử tổ trọng tài
- Hs tham gia trò chơi (nháp) sau đó chơi chính thức
- Tổ trọng tài theo dõi công bố đội thắng cuộc và lựa chọn hình thức thưởng phạt
- Hs chú ý lắng nghe

**- GV hướng dẫn thả lỏng.**

- HS thực hiện thả lỏng tích cực. ( 2 lần 8N)

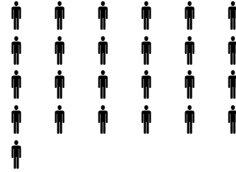


**4. Vận dụng (3-4')**

- GV nêu câu hỏi
- Căn cứ vào câu trả lời của HS Gv chốt kiến thức
- GV khen HS sau tiết học.
- Hướng dẫn sử dụng sách giáo khoa
- Chia sẻ kiến thức chung

- Gv hô “ Giải tán” !

- HS trả lời câu hỏi của GV
- HS lắng nghe, nhận xét bạn
- HS lắng nghe thực hiện
- HS lắng nghe
- Hs lắng nghe
- HS lắng nghe thực hiện



- Hs hô “ Khỏe”!

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU BÀI DẠY**

.....

.....

.....



## TUẦN 8

### HOẠT ĐỘNG GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 4 CHỦ ĐỀ 1: ĐỘI HÌNH ĐỘI NGŨ

#### Bài 4 - Tiết 3: Ôn đi đều nhiều hàng dọc vòng bên trái – Trò chơi

#### I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

##### 1. Về kiến thức

- Biết khẩu lệnh và cách thực hiện động tác đi đều nhiều hàng dọc vòng bên trái.

##### 2. Về năng lực

- Biết hô khẩu lệnh và thực hiện được động tác đi đều nhiều hàng dọc vòng bên trái.

- Biết quan sát tranh, ảnh, động tác mẫu của GV để tập luyện và tự sửa sai động tác.

- Biết điều khiển tổ nhóm tập luyện

##### 3. Về phẩm chất


- Hăng hái và tích cực, đoàn kết trong tập luyện.

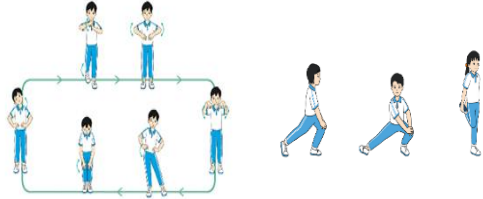
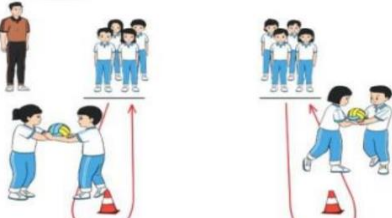
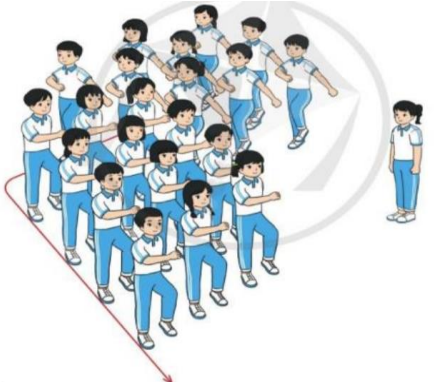
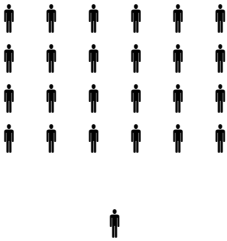
#### II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

- Giáo viên chuẩn bị: Tranh, ảnh động tác, mắc cơ, còi.

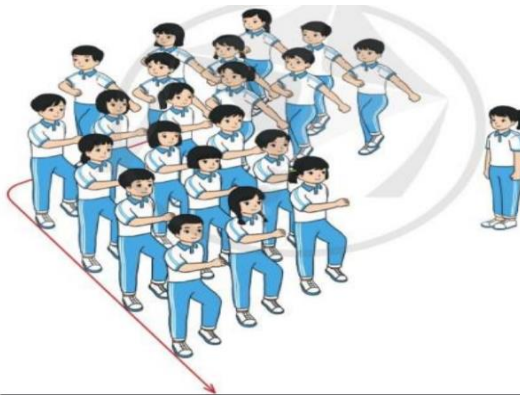
- Học sinh chuẩn bị: Quần áo thể dục, giày thể thao hoặc dép có quai sau.

#### III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Hoạt động của giáo viên	Hoạt động của học sinh
<p><b>1. Khởi động: 4-6'</b></p> <p><b>1.1. Nhận lớp.</b></p> <p>- Gv nhận lớp.</p> <p>- Thăm hỏi sức khỏe học sinh</p> <p>- Phổ biến nội dung, yêu cầu bài học.</p>	<p><i>Đội hình nhận lớp</i></p>  <p>- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số và tình hình lớp.</p> <p>- Học sinh lắng nghe</p>
<p><b>1.2. Khởi động chung.</b></p> <p>- Yêu cầu lớp trưởng lên điều khiển.</p> <p>- Gv theo dõi, sửa sai, nhận xét.</p>	<p>- Cán sự lớp điều khiển, cả lớp khởi động tích cực.</p> <p>+ Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...</p>

	<p>+ Kéo dẫn cơ</p> 
<p><b>1.3. Khởi động tâm thể.</b></p> <p>- Trò chơi: “Chuyển bóng tiếp sức”</p> <p>- Gv nhận xét</p>	<p>- HS tham gia trò chơi tích cực, đúng luật</p>  <p>Hình 3. Trò chơi “Chuyển bóng tiếp sức”</p> <p>- Hs lắng nghe</p>
<p><b>2. Hình thành kiến thức mới: 6-8’</b></p> <p><b>* Ôn động tác đi đều nhiều hàng dọc vòng bên trái.</b></p> <p>- GV nêu tên động tác, nêu yêu cầu</p>  <p>- GV nhận xét</p> <p>- GV nêu những lỗi sai thường mắc và cách sửa sai động tác.</p> <p>- Triển khai đội hình tập luyện</p>	<p>- HS chú ý lắng nghe thực hiện</p> <p>- Nhóm HS xung phong lên thực hiện lại động tác</p> <p>- HS dưới lớp quan sát nhận xét</p>  <p>- HS quan sát, lắng nghe</p> <p>- HS tập luyện dưới sự điều khiển của GV</p>
<p><b>3. Luyện tập- thực hành (15-17’)</b></p> <p><b>* Tập đồng loạt</b></p> <p>- Gv điều khiển cho lớp luyện tập.</p> <p>- Quan sát, sửa sai cho Hs.</p> <p>- Gv nhận xét.</p>	<p>- Cả lớp tập dưới sự điều khiển của giáo viên (1 lần)</p> <p>- Lớp trưởng điều khiển cho lớp tập (1 lần)</p> <p>- Hs chú ý lắng nghe</p>
<p>- <b>Luyện tập theo tổ:</b></p> <p>- GV phân chia khu vực luyện tập, nêu</p>	<p>- HS các tổ di chuyển đội hình theo khu vực được phân chia.</p>

nhiệm vụ luyện tập thực hành.  
 - GV quan sát, hướng dẫn và sửa sai cho HS các tổ.



**- Thi đua tổ**

- GV nhận xét, tuyên dương.

- Nhóm tổ HS thay phiên nhau hô; chú ý tự sửa sai và sửa sai cho bạn trong nhóm

- LT cho các tổ trưởng báo cáo kết quả tập luyện của tổ mình và tổ bạn.  
 - HS lắng nghe

- HS đại diện các tổ lên thi đua.  
 - HS dưới lớp quan sát và bình chọn

**\*Trò chơi: “Vượt chướng ngại vật” (3-5’)**

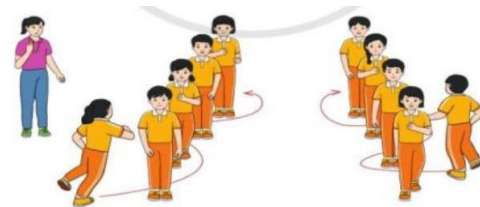
- Nêu tên trò chơi, mục đích của trò chơi, cách chơi, luật chơi.  
 - Gv hướng dẫn mẫu.  
 - Lưu ý học sinh đảm bảo an toàn khi chơi

- Tổ chức cho các đội thi đua  
 - Gv nhận xét, tuyên dương.

**- GV hướng dẫn thả lỏng.**

- GV nhận xét

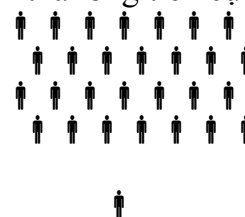
- Hs chú ý lắng nghe, lựa chọn trò chơi.  
 - Cả lớp quan sát.  
 - Hs chú ý lắng nghe.



Hình 6. Trò chơi “Vượt chướng ngại vật”

- Bầu cử tổ trọng tài  
 - Hs tham gia trò chơi (nháp) sau đó chơi chính thức  
 - Tổ trọng tài theo dõi công bố đội thắng cuộc và lựa chọn hình thức thưởng phạt  
 - Hs chú ý lắng nghe

- HS thực hiện thả lỏng tích cực. ( 2 lần 8N)

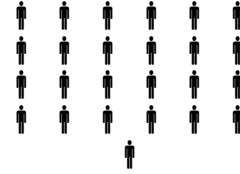


#### 4. Vận dụng (3-4')

- GV nêu câu hỏi
- Căn cứ vào câu trả lời của HS Gv chốt kiến thức
- GV khen HS sau tiết học.
- Hướng dẫn sử dụng sách giáo khoa
- Chia sẻ kiến thức chung

- Gv hô “ Giải tán” !

- HS trả lời câu hỏi của GV
- HS lắng nghe, nhận xét bạn
- HS lắng nghe thực hiện
- HS lắng nghe
- Hs lắng nghe
- HS lắng nghe thực hiện



- Hs hô “ Khỏe”!

#### IV. ĐIỀU CHỈNH SAU BÀI DẠY

.....

.....

## TUẦN 8

### HOẠT ĐỘNG GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 4 CHỦ ĐỀ 1: ĐỘI HÌNH ĐỘI NGŨ

#### Bài 4 - Tiết 4: Ôn đi đều nhiều hàng dọc vòng bên trái – Trò chơi

#### I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

##### 1. Về kiến thức

- Biết khẩu lệnh và cách thực hiện động tác đi đều nhiều hàng dọc vòng bên trái.

##### 2. Về năng lực

- Biết hô khẩu lệnh và thực hiện được động tác đi đều nhiều hàng dọc vòng bên trái.

- Biết quan sát tranh, ảnh, động tác mẫu của GV để tập luyện và tự sửa sai động tác.

- Biết điều khiển tổ nhóm tập luyện

##### 3. Về phẩm chất


- Hăng hái và tích cực, đoàn kết trong tập luyện.

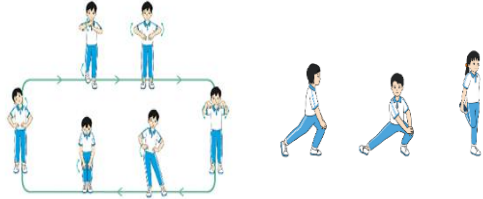
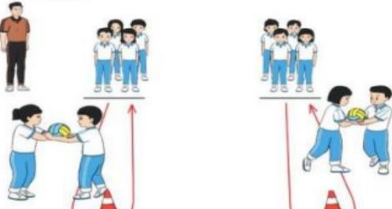
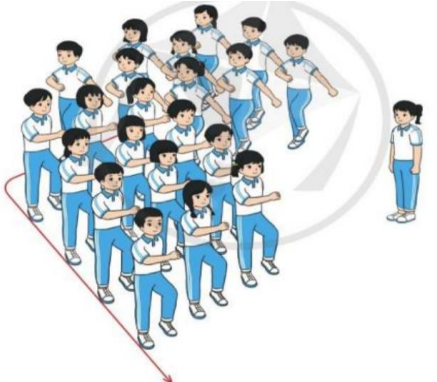

#### II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

- Giáo viên chuẩn bị: Tranh, ảnh động tác, mắc cơ, còi.

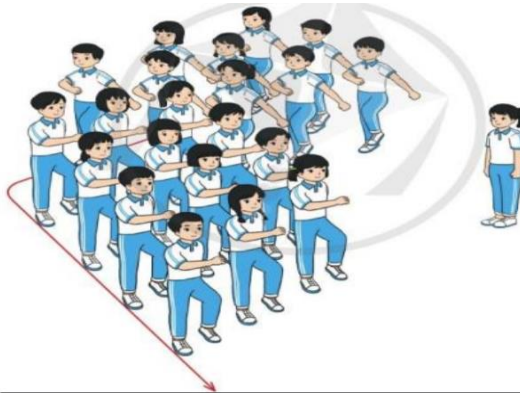
- Học sinh chuẩn bị: Quần áo thể dục, giày thể thao hoặc dép có quai sau.

#### III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Hoạt động của giáo viên	Hoạt động của học sinh
<p><b>1. Khởi động: 4-6'</b></p> <p><b>1.1. Nhận lớp.</b></p> <p>- Gv nhận lớp.</p> <p>- Thăm hỏi sức khỏe học sinh</p> <p>- Phổ biến nội dung, yêu cầu bài học.</p>	<p><i>Đội hình nhận lớp</i></p>  <p>- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số và tình hình lớp.</p> <p>- Học sinh lắng nghe</p>
<p><b>1.2. Khởi động chung.</b></p> <p>- Yêu cầu lớp trưởng lên điều khiển.</p> <p>- Gv theo dõi, sửa sai, nhận xét.</p>	<p>- Cán sự lớp điều khiển, cả lớp khởi động tích cực.</p> <p>+ Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...</p>

	<p>+ Kéo dẫn cơ</p> 
<p><b>1.3. Khởi động tâm thể.</b></p> <p>- Trò chơi: “Chuyển bóng tiếp sức”</p> <p>- Gv nhận xét</p>	<p>- HS tham gia trò chơi tích cực, đúng luật</p>  <p>Hình 3. Trò chơi “Chuyển bóng tiếp sức”</p> <p>- Hs lắng nghe</p>
<p><b>2. Hình thành kiến thức mới: 6-8’</b></p> <p><b>* Ôn động tác đi đều nhiều hàng dọc vòng bên trái.</b></p> <p>- GV nêu tên động tác, nêu yêu cầu</p>  <p>- GV nhận xét</p> <p>- GV nêu những lỗi sai thường mắc và cách sửa sai động tác.</p> <p>- Triển khai đội hình tập luyện</p>	<p>- HS chú ý lắng nghe thực hiện</p> <p>- Nhóm HS xung phong lên thực hiện lại động tác</p> <p>- HS dưới lớp quan sát nhận xét</p>  <p>- HS quan sát, lắng nghe</p> <p>- HS tập luyện dưới sự điều khiển của GV</p>
<p><b>3. Luyện tập- thực hành (15-17’)</b></p> <p><b>* Tập đồng loạt</b></p> <p>- Gv điều khiển cho lớp luyện tập.</p> <p>- Quan sát, sửa sai cho Hs.</p> <p>- Gv nhận xét.</p>	<p>- Cả lớp tập dưới sự điều khiển của giáo viên (1 lần)</p> <p>- Lớp trưởng điều khiển cho lớp tập (1 lần)</p> <p>- Hs chú ý lắng nghe</p>
<p>- <b>Luyện tập theo tổ:</b></p> <p>- GV phân chia khu vực luyện tập, nêu</p>	<p>- HS các tổ di chuyển đội hình theo khu vực được phân chia.</p>

nhiệm vụ luyện tập thực hành.  
 - GV quan sát, hướng dẫn và sửa sai cho HS các tổ.



- Nhóm tổ HS thay phiên nhau hô; chú ý tự sửa sai và sửa sai cho bạn trong nhóm

- LT cho các tổ trưởng báo cáo kết quả tập luyện của tổ mình và tổ bạn.  
 - HS lắng nghe

**- Thi đua tổ**

- GV nhận xét, tuyên dương.

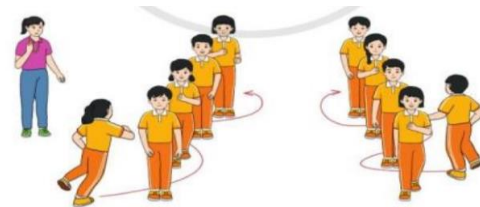
- HS đại diện các tổ lên thi đua.  
 - HS dưới lớp quan sát và bình chọn

**\*Trò chơi: “Vượt chướng ngại vật” (3-5’)**

- Nêu tên trò chơi, mục đích của trò chơi, cách chơi, luật chơi.  
 - Gv hướng dẫn mẫu.  
 - Lưu ý học sinh đảm bảo an toàn khi chơi

- Hs chú ý lắng nghe, lựa chọn trò chơi.

- Cả lớp quan sát.  
 - Hs chú ý lắng nghe.



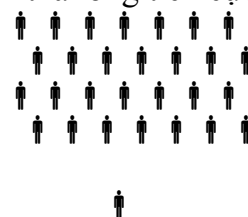
- Bầu cử tổ trọng tài  
 - Hs tham gia trò chơi (nháp) sau đó chơi chính thức  
 - Tổ trọng tài theo dõi công bố đội thắng cuộc và lựa chọn hình thức thưởng phạt  
 - Hs chú ý lắng nghe

- Tổ chức cho các đội thi đua  
 - Gv nhận xét, tuyên dương.

**- GV hướng dẫn thả lỏng.**

- GV nhận xét

- HS thực hiện thả lỏng tích cực. ( 2 lần 8N)

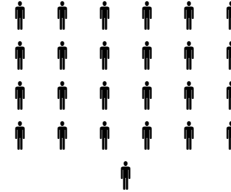


#### 4. Vận dụng (3-4')

- GV nêu câu hỏi
- Căn cứ vào câu trả lời của HS Gv chốt kiến thức
- GV khen HS sau tiết học.
- Hướng dẫn sử dụng sách giáo khoa
- Chia sẻ kiến thức chung

- Gv hô “ Giải tán” !

- HS trả lời câu hỏi của GV
- HS lắng nghe, nhận xét bạn
- HS lắng nghe thực hiện
- HS lắng nghe
- Hs lắng nghe
- HS lắng nghe thực hiện



- Hs hô “ Khỏe”!

#### IV. ĐIỀU CHỈNH SAU BÀI DẠY

.....  
.....



## TUẦN 9

### HOẠT ĐỘNG GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 4 CHỦ ĐỀ 1: ĐỘI HÌNH ĐỘI NGŨ

#### Bài 4 - Tiết 5: Động tác đi đều nhiều hàng dọc vòng bên trái – Trò chơi

#### I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

##### 1. Về kiến thức

- Biết khẩu lệnh và cách thực hiện động tác đi đều nhiều hàng dọc vòng bên trái.

##### 2. Về năng lực

- Biết hô khẩu lệnh và thực hiện được động tác đi đều nhiều hàng dọc vòng bên trái.
- Biết quan sát tranh, ảnh, động tác mẫu của GV để tập luyện và tự sửa sai động tác.
- Biết điều khiển tổ nhóm tập luyện


##### 3. Về phẩm chất

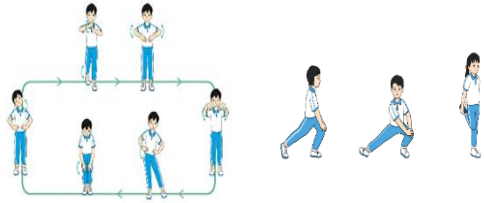
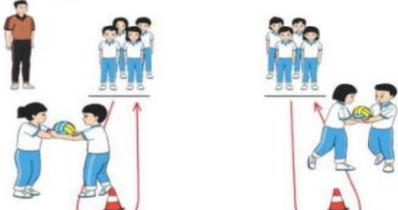
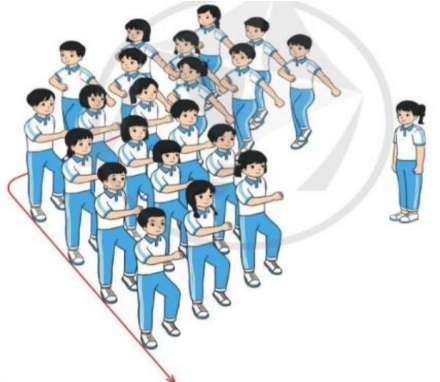
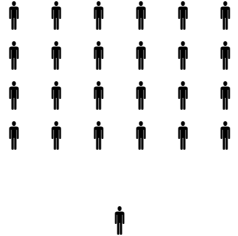
- Hăng hái và tích cực, đoàn kết trong tập luyện.

#### II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

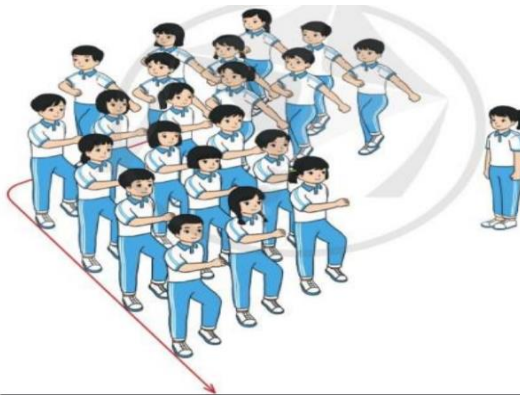
- Giáo viên chuẩn bị: Tranh, ảnh động tác, mắc cơ, còi.
- Học sinh chuẩn bị: Quần áo thể dục, giày thể thao hoặc dép có quai sau.

#### III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Hoạt động của giáo viên	Hoạt động của học sinh
<p><b>1. Khởi động: 4-6'</b></p> <p><b>1.1. Nhận lớp.</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Gv nhận lớp.</li><li>- Thăm hỏi sức khỏe học sinh</li><li>- Phổ biến nội dung, yêu cầu bài học.</li></ul>	<p><i>Đội hình nhận lớp</i></p>  <ul style="list-style-type: none"><li>- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số và tình hình lớp.</li><li>- Học sinh lắng nghe</li></ul>
<p><b>1.2. Khởi động chung.</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Yêu cầu lớp trưởng lên điều khiển.</li><li>- Gv theo dõi, sửa sai, nhận xét.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Cán sự lớp điều khiển, cả lớp khởi động tích cực.</li><li>+ Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...</li></ul>

	<p>+ Kéo dẫn cơ</p> 
<p><b>1.3. Khởi động tâm thể.</b></p> <p>- Trò chơi: “Cánh quạt vui nhộn”</p> <p>- Gv nhận xét</p>	<p>- HS tham gia trò chơi tích cực, đúng luật</p>  <p>Hình 3. Trò chơi “Chuyền bóng tiếp sức”</p> <p>- Hs lắng nghe</p>
<p><b>2. Hình thành kiến thức mới: 6-8’</b></p> <p><b>* Ôn động tác đi đều nhiều hàng dọc vòng bên trái.</b></p> <p>- GV nêu tên động tác, nêu yêu cầu</p>  <p>- GV nhận xét</p> <p>- GV nêu những lỗi sai thường mắc và cách sửa sai động tác.</p> <p>- Triển khai đội hình tập luyện</p>	<p>- HS chú ý lắng nghe thực hiện</p> <p>- Nhóm HS xung phong lên thực hiện lại động tác</p> <p>- HS dưới lớp quan sát nhận xét</p>  <p>- HS quan sát, lắng nghe</p> <p>- HS tập luyện dưới sự điều khiển của GV</p>
<p><b>3. Luyện tập- thực hành (15-17’)</b></p> <p><b>* Tập đồng loạt</b></p> <p>- Gv điều khiển cho lớp luyện tập.</p> <p>- Quan sát, sửa sai cho Hs.</p> <p>- Gv nhận xét.</p>	<p>- Cả lớp tập dưới sự điều khiển của giáo viên (1 lần)</p> <p>- Lớp trưởng điều khiển cho lớp tập (1 lần)</p> <p>- Hs chú ý lắng nghe</p>
<p>- <b>Luyện tập theo tổ:</b></p> <p>- GV phân chia khu vực luyện tập, nêu</p>	<p>- HS các tổ di chuyển đội hình theo khu vực được phân chia.</p>

nhiệm vụ luyện tập thực hành.  
 - GV quan sát, hướng dẫn và sửa sai cho HS các tổ.



**- Thi đua tổ**

- GV nhận xét, tuyên dương.

- Nhóm tổ HS thay phiên nhau hô; chú ý tự sửa sai và sửa sai cho bạn trong nhóm

- LT cho các tổ trưởng báo cáo kết quả tập luyện của tổ mình và tổ bạn.  
 - HS lắng nghe

- HS đại diện các tổ lên thi đua.  
 - HS dưới lớp quan sát và bình chọn

**\*Trò chơi: “Vượt chướng ngại vật” (3-5’)**

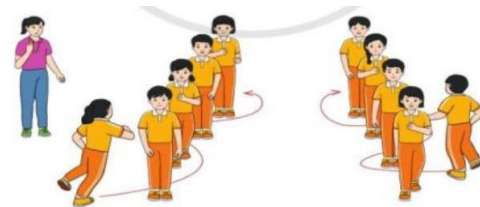
- Nêu tên trò chơi, mục đích của trò chơi, cách chơi, luật chơi.  
 - Gv hướng dẫn mẫu.  
 - Lưu ý học sinh đảm bảo an toàn khi chơi

- Tổ chức cho các đội thi đua  
 - Gv nhận xét, tuyên dương.

**- GV hướng dẫn thả lỏng.**

- GV nhận xét

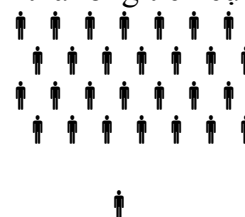
- Hs chú ý lắng nghe, lựa chọn trò chơi.  
 - Cả lớp quan sát.  
 - Hs chú ý lắng nghe.



Hình 6. Trò chơi “Vượt chướng ngại vật”

- Bầu cử tổ trọng tài  
 - Hs tham gia trò chơi (nháp) sau đó chơi chính thức  
 - Tổ trọng tài theo dõi công bố đội thắng cuộc và lựa chọn hình thức thưởng phạt  
 - Hs chú ý lắng nghe

- HS thực hiện thả lỏng tích cực. ( 2 lần 8N)

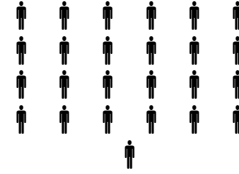


#### 4. Vận dụng (3-4')

- GV nêu câu hỏi
- Căn cứ vào câu trả lời của HS Gv chốt kiến thức
- GV khen HS sau tiết học.
- Hướng dẫn sử dụng sách giáo khoa
- Chia sẻ kiến thức chung

- Gv hô “ Giải tán” !

- HS trả lời câu hỏi của GV
- HS lắng nghe, nhận xét bạn
- HS lắng nghe thực hiện
- HS lắng nghe
- Hs lắng nghe
- HS lắng nghe thực hiện



- Hs hô “ Khỏe”!

#### IV. ĐIỀU CHỈNH SAU BÀI DẠY

.....

.....

.....

.....

## TUẦN 9

### HOẠT ĐỘNG GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 4 CHỦ ĐỀ 1: ĐỘI HÌNH ĐỘI NGŨ

#### Bài 4 - Tiết 6: Ôn đi đều nhiều hàng dọc vòng bên trái – Trò chơi

#### I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

##### 1. Về kiến thức

- Biết khẩu lệnh và cách thực hiện động tác đi đều nhiều hàng dọc vòng bên trái.

##### 2. Về năng lực

- Biết hô khẩu lệnh và thực hiện được động tác đi đều nhiều hàng dọc vòng bên trái.
- Biết quan sát tranh, ảnh, động tác mẫu của GV để tập luyện và tự sửa sai động tác.
- Biết điều khiển tổ nhóm tập luyện


##### 3. Về phẩm chất

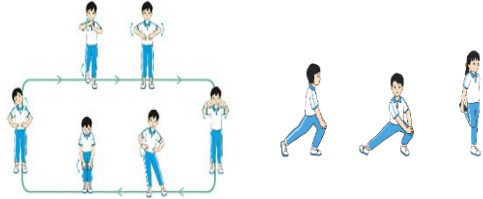
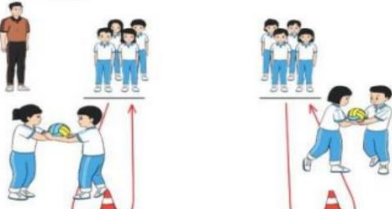
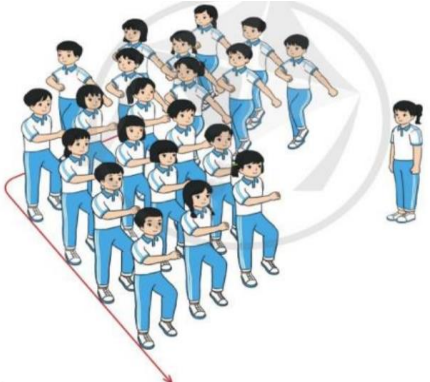
- Hăng hái và tích cực, đoàn kết trong tập luyện.

#### II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

- Giáo viên chuẩn bị: Tranh, ảnh động tác, mắc cơ, còi.
- Học sinh chuẩn bị: Quần áo thể dục, giày thể thao hoặc dép có quai sau.

#### III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Hoạt động của giáo viên	Hoạt động của học sinh
<p><b>1. Khởi động: 4-6'</b></p> <p><b>1.1. Nhận lớp.</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Gv nhận lớp.</li><li>- Thăm hỏi sức khỏe học sinh</li><li>- Phổ biến nội dung, yêu cầu bài học.</li></ul>	<p><i>Đội hình nhận lớp</i></p>  <ul style="list-style-type: none"><li>- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số và tình hình lớp.</li><li>- Học sinh lắng nghe</li></ul>
<p><b>1.2. Khởi động chung.</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Yêu cầu lớp trưởng lên điều khiển.</li><li>- Gv theo dõi, sửa sai, nhận xét.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Cán sự lớp điều khiển, cả lớp khởi động tích cực.</li><li>+ Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...</li></ul>

	<p>+ Kéo dẫn cơ</p> 
<p><b>1.3. Khởi động tâm thể.</b></p> <p>- Trò chơi: “Chuyền bóng tiếp sức”</p> <p>- Gv nhận xét</p>	<p>- HS tham gia trò chơi tích cực, đúng luật</p>  <p>Hình 3. Trò chơi “Chuyền bóng tiếp sức”</p> <p>- Hs lắng nghe</p>
<p><b>2. Luyện tập - thực hành (22-23’)</b></p> <p><b>* Ôn động tác đi đều nhiều hàng dọc vòng bên trái.</b></p> <p>- GV nêu tên động tác, nêu yêu cầu</p>  <p>- GV quan sát nhận xét</p>	<p>- HS chú ý lắng nghe thực hiện</p> <p>- Các tổ thực hiện luyện tập theo tổ dưới sự chỉ huy của cán sự. HS thay phiên nhau hô</p>
<p><b>*Kiểm tra nội dung ĐHDN:</b></p> <p>- Gv lựa chọn nội dung kiểm tra, thực hiện kiểm tra theo từng tổ</p> <p>- Gv nhận xét</p>	<p>- HS chú ý thực hiện theo khẩu lệnh.</p> <p>- Lần lượt các tổ lên kiểm tra theo khẩu lệnh của GV. Các tổ còn lại quan sát, nhận xét.</p> <pre> x ▲ x x x x </pre>
<p><b>*Trò chơi: “Vượt chướng ngại vật”</b></p>	



	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Biết quan sát tranh ảnh, động tác mẫu của giáo viên</li> <li>- Thực hiện động tác đi đều một (nhiều) hàng dọc vòng bên trái đúng khẩu lệnh, đúng kỹ thuật, đều và đẹp</li> <li>- Tham gia tích cực các trò chơi vận động</li> <li>- Hoàn thành tốt lượng vận động của bài tập</li> <li>- Tích cực, trung thực trong tập luyện và hình thành thói quen tập luyện TDDT</li> </ul>
<b>HOÀN THÀNH</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Biết thực hiện VS cá nhân, đảm bảo an toàn trong tập luyện</li> <li>- Bước đầu biết quan sát tranh ảnh, động tác mẫu của giáo viên</li> <li>- Thực hiện được động tác đi đều một (nhiều) hàng dọc vòng bên trái.</li> <li>- Có tham gia các trò chơi vận động nhưng chưa tích cực</li> <li>- Hoàn thành lượng vận động của bài tập</li> <li>- Tích cực trong tập luyện và bước đầu hình thành thói quen tập luyện TDDT</li> </ul>
<b>CHƯA HOÀN THÀNH</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Chưa biết thực hiện VS cá nhân, đảm bảo an toàn trong tập luyện</li> <li>- Chưa biết quan sát tranh ảnh, động tác mẫu của giáo viên</li> <li>- Chưa thực hiện được động tác đi đều một (nhiều) hàng dọc vòng bên trái.</li> <li>- Hạn chế tham gia các trò chơi vận động</li> <li>- Chưa hoàn thành lượng vận động của bài tập</li> <li>- Ý thức và tinh thần tập luyện chưa cao</li> </ul>

#### IV. ĐIỀU CHỈNH SAU BÀI DẠY

.....

.....



## TUẦN 10

### HOẠT ĐỘNG GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 4 CHỦ ĐỀ 2: BÀI TẬP THỂ DỤC

#### BÀI 1: ĐỘNG TÁC VƯỜN THỜ, ĐỘNG TÁC LƯỜN, ĐỘNG TÁC VẠN MÌNH, ĐỘNG TÁC BỤNG VỚI GẬY ( 5 TIẾT )

##### Tiết 1: Động tác Vườn thờ, Lườn với gậy - Trò chơi

### I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

#### 1. Về kiến thức

- Biết thực hiện động tác vườn thờ, lườn với gậy.

#### 2. Về năng lực

- Thực hiện động tác vườn thờ, lườn với gậy.
- Biết quan sát tranh, ảnh, động tác mẫu của GV để tập luyện và tự sửa sai động tác.
- Biết điều khiển tổ nhóm tập luyện.


#### 3. Về phẩm chất

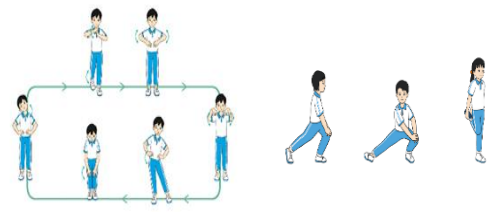
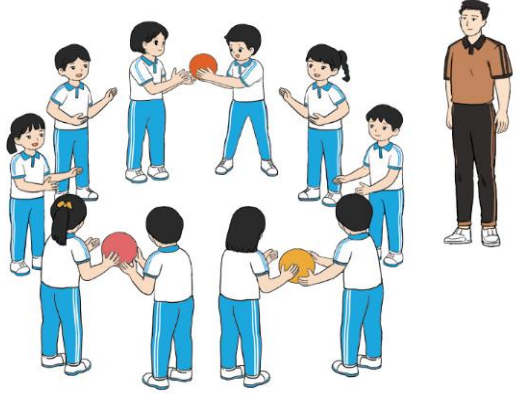


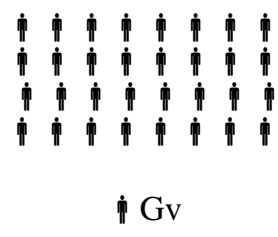
- Nghiêm túc, tích cực, đoàn kết trong tập luyện.

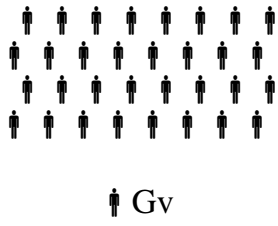
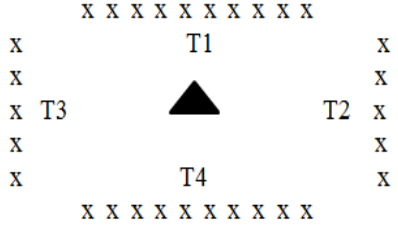
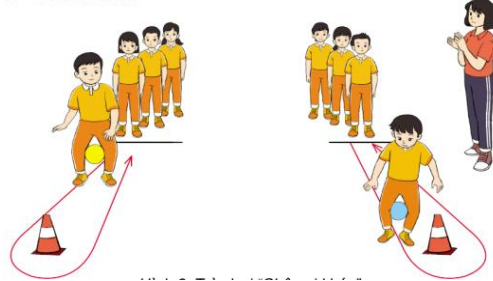
### II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

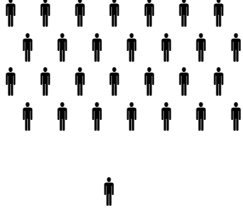
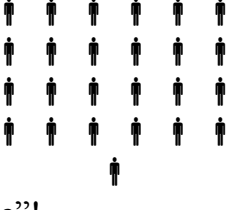
- Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh động tác, mắc cơ, còi, gậy.
- Học sinh chuẩn bị: Quần áo thể dục, giày thể thao hoặc dép có quai sau.

### III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Hoạt động của giáo viên	Hoạt động của học sinh
<p><b>1. Khởi động: 4-6'</b></p> <p><b>1.1. Nhận lớp.</b></p> <p>- Gv nhận lớp.</p> <p>- Thăm hỏi sức khỏe học sinh</p> <p>- Phổ biến nội dung, yêu cầu bài học.</p>	<p><i>Đội hình nhận lớp</i></p>  <p>- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số và tình hình lớp.</p> <p>- Học sinh lắng nghe</p>
<p><b>1.2. Khởi động chung.</b></p> <p>- Yêu cầu lớp trưởng lên điều khiển.</p> <p>- Gv theo dõi, sửa sai, nhận xét.</p>	<p>- Cán sự lớp điều khiển, cả lớp khởi động tích cực.</p> <p>+ Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...</p>

	<p>+ Kéo dẫn cơ</p> 										
<p><b>1.3. Khởi động tâm thế.</b></p> <p>- Trò chơi: “Ai không có bóng”</p> <p>- Gv nhận xét</p>	<p>- HS tham gia trò chơi tích cực, đúng luật</p>  <p>- Hs lắng nghe</p>										
<p><b>2. Hình thành kiến thức mới: 6-8’</b></p>											
<p><b>* Động tác vươn thở, lườn với gậy.</b></p> <p>- GV nêu tên động tác, nêu yêu cầu</p>  <p>Hình 4. Động tác vươn thở với gậy (từ nhịp 1 đến nhịp 4)</p> <table border="1" data-bbox="239 1366 718 1467"> <tr> <td><b>TTCB:</b> Đứng thẳng, hai chân chụm, hai tay cầm gậy rộng hơn vai.</td> <td><b>Nhịp 1:</b> Từ từ hít vào, đồng thời chân kiễng gót, hai tay đưa gậy về trước.</td> <td><b>Nhịp 2:</b> Từ từ thở ra, đồng thời hạ gót chân, gối chùng, hai tay hạ gậy chạm gối, mắt nhìn theo gậy.</td> <td><b>Nhịp 3:</b> Từ từ hít vào, đồng thời chân kiễng gót, hai tay đưa gậy ra trước lên cao, tay thẳng, mắt nhìn theo gậy.</td> <td><b>Nhịp 4:</b> Từ từ thở ra, về TTCB.</td> </tr> </table> <p>Nhịp 5, 6, 7, 8 thực hiện như nhịp 1, 2, 3, 4.</p>  <p>Hình 5. Động tác lườn với gậy (từ nhịp 1 đến nhịp 4)</p> <table border="1" data-bbox="239 1612 718 1713"> <tr> <td><b>TTCB:</b> Đứng thẳng, hai tay cầm gậy rộng hơn vai.</td> <td><b>Nhịp 1:</b> Chân trái bước sang ngang rộng bằng vai, đồng thời hai tay đưa gậy ra trước lên cao, tay thẳng, mắt nhìn thẳng.</td> <td><b>Nhịp 2:</b> Nghiêng lườn sang trái.</td> <td><b>Nhịp 3:</b> Về tư thế như nhịp 1.</td> <td><b>Nhịp 4:</b> Về TTCB.</td> </tr> </table> <p>Nhịp 5, 6, 7, 8 thực hiện như nhịp 1, 2, 3, 4, nhưng đổi bên.</p> <p>- GV nhận xét</p> <p>- GV làm mẫu phân tích động tác</p> <p>+ Lần 1: GV làm mẫu ĐT</p> <p>+ Lần 2: GV vừa làm mẫu vừa phân tích động tác</p> <p>- GV nêu những lỗi sai thường mắc và cách sửa sai động tác.</p>	<b>TTCB:</b> Đứng thẳng, hai chân chụm, hai tay cầm gậy rộng hơn vai.	<b>Nhịp 1:</b> Từ từ hít vào, đồng thời chân kiễng gót, hai tay đưa gậy về trước.	<b>Nhịp 2:</b> Từ từ thở ra, đồng thời hạ gót chân, gối chùng, hai tay hạ gậy chạm gối, mắt nhìn theo gậy.	<b>Nhịp 3:</b> Từ từ hít vào, đồng thời chân kiễng gót, hai tay đưa gậy ra trước lên cao, tay thẳng, mắt nhìn theo gậy.	<b>Nhịp 4:</b> Từ từ thở ra, về TTCB.	<b>TTCB:</b> Đứng thẳng, hai tay cầm gậy rộng hơn vai.	<b>Nhịp 1:</b> Chân trái bước sang ngang rộng bằng vai, đồng thời hai tay đưa gậy ra trước lên cao, tay thẳng, mắt nhìn thẳng.	<b>Nhịp 2:</b> Nghiêng lườn sang trái.	<b>Nhịp 3:</b> Về tư thế như nhịp 1.	<b>Nhịp 4:</b> Về TTCB.	<p>- HS quan sát tranh</p> <p>- Cá nhân</p> <p>- Nhóm 2</p> <p>- HS chia sẻ kết quả thảo luận</p> <p>- HS dưới lớp quan sát nhận xét bạn</p>  <p>♣ Gv</p> <p>- Hs quan sát GV làm mẫu, phân tích động tác.</p> <p>- HS lắng nghe</p> <p>- Triển khai đội hình tập luyện</p>
<b>TTCB:</b> Đứng thẳng, hai chân chụm, hai tay cầm gậy rộng hơn vai.	<b>Nhịp 1:</b> Từ từ hít vào, đồng thời chân kiễng gót, hai tay đưa gậy về trước.	<b>Nhịp 2:</b> Từ từ thở ra, đồng thời hạ gót chân, gối chùng, hai tay hạ gậy chạm gối, mắt nhìn theo gậy.	<b>Nhịp 3:</b> Từ từ hít vào, đồng thời chân kiễng gót, hai tay đưa gậy ra trước lên cao, tay thẳng, mắt nhìn theo gậy.	<b>Nhịp 4:</b> Từ từ thở ra, về TTCB.							
<b>TTCB:</b> Đứng thẳng, hai tay cầm gậy rộng hơn vai.	<b>Nhịp 1:</b> Chân trái bước sang ngang rộng bằng vai, đồng thời hai tay đưa gậy ra trước lên cao, tay thẳng, mắt nhìn thẳng.	<b>Nhịp 2:</b> Nghiêng lườn sang trái.	<b>Nhịp 3:</b> Về tư thế như nhịp 1.	<b>Nhịp 4:</b> Về TTCB.							

<p><b>3. Luyện tập - thực hành (15-17')</b></p> <p><b>- Tập đồng loạt</b></p> <p>- Lần 1: GV điều khiển cả lớp tập</p> <p>- Lần 2: CSL điều khiển</p> <p> </p> <p>- GV quan sát giúp đỡ</p>	 <p style="text-align: center;">† Gv</p> <p>- HS tập luyện theo điều khiển của GV và CSL</p>
<p><b>- Tập cá nhân</b></p> <p>- GV quan sát giúp đỡ</p>	<p>- Từng cá nhân tự thực hiện động tác theo vị trí phân công</p>
<p><b>- Tập cặp đôi</b></p> <p>- GV quan sát giúp đỡ</p>	<p>- 2 Hs quay mặt vào nhau vừa điều khiển vừa tập luyện sửa sai cho nhau.</p>
<p><b>- Tập luyện theo tổ nhóm</b></p> <p>- GV quan sát giúp đỡ, sửa sai</p>	<p>- HS các tổ di chuyển đội hình theo khu vực được phân chia.</p> <p>- Nhóm tổ HS thay phiên nhau hô; chú ý tự sửa sai và sửa sai cho bạn trong nhóm</p> 
<p><b>- Thi đua tổ</b></p> <p>- GV nhận xét, tuyên dương.</p>	<p>- HS đại diện các tổ lên thi đua.</p> <p>- HS dưới lớp quan sát và bình chọn</p>
<p><b>*Trò chơi “Chân ai khéo” (3-5p)</b></p> <p>- Gv nêu tên trò chơi</p> <p>- GV hướng dẫn luật chơi, cách chơi</p>  <p>- Nhắc HS đảm bảo an toàn trong khi chơi.</p> <p>- Gv nhận xét- khen</p>	<p>- HS lắng nghe lựa chọn trò chơi</p> <p>- HS lắng nghe</p> <p>- Bầu cử tổ trọng tài</p> <p>- Cho HS chơi thử, sau đó chơi chính thức</p> <p>- HS tham gia chơi dưới sự điều khiển của GV</p> <p>- Tổ trọng tài tuyên bố đội thắng</p>
<p><b>- GV hướng dẫn thả lỏng.</b></p>	<p>- HS thực hiện thả lỏng tích cực.( 2 lần 8N)</p>

<p>- GV nhận xét</p>	
<p><b>4. Vận dụng (3 - 4p)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- GV nêu câu hỏi</li> <li>- Căn cứ vào câu trả lời của HS Gv chốt kiến thức</li> <li>- GV khen HS sau tiết học.</li> <li>- Hướng dẫn sử dụng sách giáo khoa</li> </ul> <p>- Gv hô “ Giải tán” !</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- HS trả lời câu hỏi của GV</li> <li>- HS lắng nghe, nhận xét bạn</li> <li>- HS lắng nghe thực hiện</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>- HS lắng nghe</li> <li>- HS lắng nghe</li> </ul>  <p>- Hs hô “ Khỏe”!</p>

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU BÀI DẠY**

.....

.....

## TUẦN 10

### HOẠT ĐỘNG GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 4 CHỦ ĐỀ 2: BÀI TẬP THỂ DỤC

#### Bài 1 - Tiết 2: Động tác Vận mình với gậy - Trò chơi

### I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

#### 1. Về kiến thức

- Biết thực hiện động tác vươn thở, lườn, vận mình với gậy.

#### 2. Về năng lực

- Thực hiện động tác vươn thở, lườn, vận mình với gậy.

- Biết quan sát tranh, ảnh, động tác mẫu của GV để tập luyện và tự sửa sai động tác.

- Biết điều khiển tổ nhóm tập luyện.

#### 3. Về phẩm chất


- Nghiêm túc, tích cực, đoàn kết trong tập luyện.

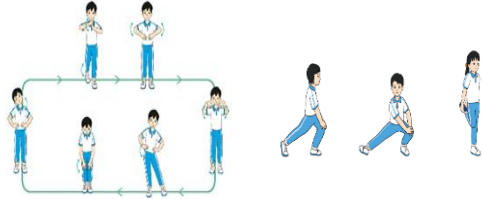
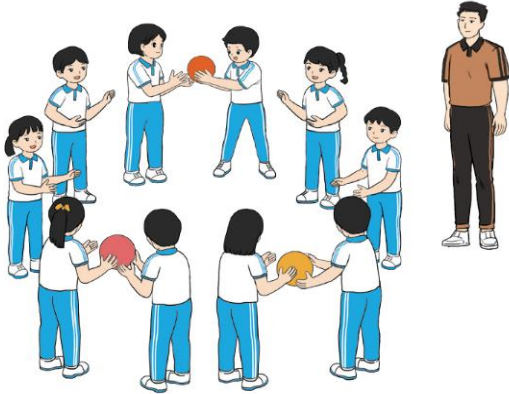
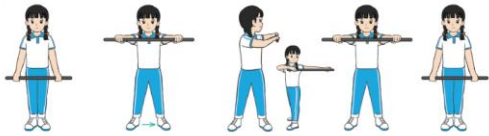
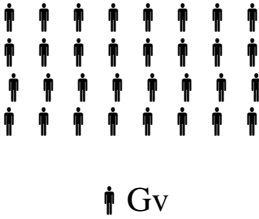
### II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

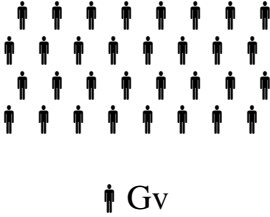
- Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh động tác, mắc cơ, còi, gậy.

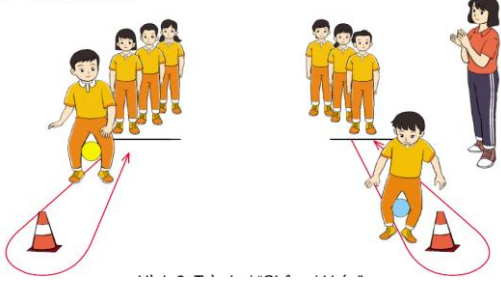
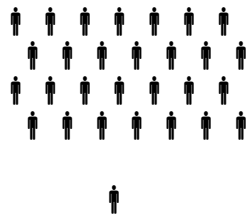
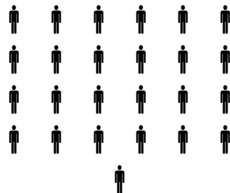
- Học sinh chuẩn bị: Quần áo thể dục, giày thể thao hoặc dép có quai sau.

### III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Hoạt động của giáo viên	Hoạt động của học sinh
<p><b>1. Khởi động: 4-6'</b></p> <p><b>1.1. Nhận lớp.</b></p>	<p><i>Đội hình nhận lớp</i></p>  <p>- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số và tình hình lớp. - Học sinh lắng nghe</p>
<p><b>1.2. Khởi động chung.</b></p> <p>- Yêu cầu lớp trưởng lên điều khiển. - Gv theo dõi, sửa sai, nhận xét.</p>	<p>- Cán sự lớp điều khiển, cả lớp khởi động tích cực. + Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...</p>

	<p>+ Kéo dẫn cơ</p> 					
<p><b>1.3. Khởi động tâm thể.</b></p> <p>- Trò chơi: “Ai không có bóng”</p> <p>- Gv nhận xét</p>	<p>- HS tham gia trò chơi tích cực, đúng luật</p>  <p>- Hs lắng nghe</p>					
<p><b>2. Hình thành kiến thức mới: 6-8’</b></p>						
<p><b>a. Ôn động tác vươn thở, lườn với gậy.</b></p> <p>- GV yêu cầu HS nêu tên động tác đã học</p> <p>- GV quan sát nhận xét</p> <p>- Triển khai đội hình tập luyện</p> <p>- GV quan sát nhận xét</p> <p><b>* Động tác vận mình với gậy</b></p> <p>- GV treo tranh, nêu yêu cầu</p>  <p>Hình 6. Động tác vận mình với gậy (từ nhịp 1 đến nhịp 4)</p> <table border="1" data-bbox="245 1899 751 2002"> <tr> <td><b>TTCB:</b> Đứng thẳng, hai tay cầm gậy rộng hơn vai.</td> <td><b>Nhịp 1:</b> Chân trái bước sang ngang rộng bằng vai, hai tay đưa gậy về trước.</td> <td><b>Nhịp 2:</b> Vận mình sang trái; tay phải co, tay trái thẳng; mắt nhìn tay trái.</td> <td><b>Nhịp 3:</b> Về tư thế như nhịp 1.</td> <td><b>Nhịp 4:</b> Về TTCB.</td> </tr> </table> <p>Nhịp 5, 6, 7, 8 thực hiện như nhịp 1, 2, 3, 4, nhưng đổi bên.</p>	<b>TTCB:</b> Đứng thẳng, hai tay cầm gậy rộng hơn vai.	<b>Nhịp 1:</b> Chân trái bước sang ngang rộng bằng vai, hai tay đưa gậy về trước.	<b>Nhịp 2:</b> Vận mình sang trái; tay phải co, tay trái thẳng; mắt nhìn tay trái.	<b>Nhịp 3:</b> Về tư thế như nhịp 1.	<b>Nhịp 4:</b> Về TTCB.	<p>- HS lắng nghe thực hiện</p> <p>- 1,2 HS nêu tên và lên thực hiện động tác</p> <p>- HS lớp quan sát nhận xét bạn</p> <p>- HS tập luyện dưới sự điều khiển của GV và cán sự lớp</p>  <p>† Gv</p> <p>- HS quan sát tranh</p> <p>- Cá nhân</p> <p>- Nhóm 2</p> <p>- HS chia sẻ kết quả</p> <p>- HS dưới lớp quan sát nhận xét bạn</p>
<b>TTCB:</b> Đứng thẳng, hai tay cầm gậy rộng hơn vai.	<b>Nhịp 1:</b> Chân trái bước sang ngang rộng bằng vai, hai tay đưa gậy về trước.	<b>Nhịp 2:</b> Vận mình sang trái; tay phải co, tay trái thẳng; mắt nhìn tay trái.	<b>Nhịp 3:</b> Về tư thế như nhịp 1.	<b>Nhịp 4:</b> Về TTCB.		

<ul style="list-style-type: none"> <li>- GV nhận xét</li> <li>- GV làm mẫu phân tích động tác</li> <li>+ Lần 1: GV làm mẫu ĐT</li> <li>+ Lần 2: GV vừa làm mẫu vừa phân tích động tác</li> <li>- GV nêu những lỗi sai thường mắc và cách sửa sai động tác.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Hs quan sát GV làm mẫu, phân tích động tác.</li> <li>- HS lắng nghe</li> <li>- Triển khai đội hình tập luyện</li> </ul>
<p><b>3. Luyện tập - thực hành (15-17')</b></p> <p><b>- Tập đồng loạt</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Lần 1: GV điều khiển cả lớp tập</li> <li>- Lần 2: CSL điều khiển</li> </ul> <p>- GV quan sát giúp đỡ</p>	<div style="text-align: center;">  <p>↑ Gv</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>- HS tập luyện theo điều khiển của GV và CSL</li> </ul>
<p><b>- Tập cá nhân</b></p> <p>- GV quan sát giúp đỡ</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Từng cá nhân tự thực hiện động tác theo vị trí phân công</li> </ul>
<p><b>- Tập cặp đôi</b></p> <p>- GV quan sát giúp đỡ</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 2 Hs quay mặt vào nhau vừa điều khiển vừa tập luyện sửa sai cho nhau.</li> </ul>
<p><b>- Tập luyện theo tổ nhóm</b></p> <p>- GV quan sát giúp đỡ, sửa sai</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- HS các tổ di chuyển đội hình theo khu vực được phân chia.</li> <li>- Nhóm tổ HS thay phiên nhau hô; chú ý tự sửa sai và sửa sai cho bạn trong nhóm</li> </ul> <div style="text-align: center;"> <pre> x x x x x x x x x x           T1           x x           ▲           x x T3       ▲           T2 x x           ▲           x x           T4           x x x x x x x x x x </pre> </div>
<p><b>- Thi đua tổ</b></p> <p>- GV nhận xét, tuyên dương.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- HS đại diện các tổ lên bốc thăm thi đua.</li> <li>- HS dưới lớp quan sát và bình chọn</li> </ul>
<p><b>*Trò chơi “Chân ai khéo” (3-5p)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Gv nêu tên trò chơi</li> <li>- GV hướng dẫn luật chơi, cách chơi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- HS lắng nghe lựa chọn trò chơi</li> <li>- HS lắng nghe</li> <li>- Bầu cử tổ trọng tài</li> <li>- Cho HS chơi thử, sau đó chơi chính thức</li> </ul>

 <p>- Nhắc HS đảm bảo an toàn trong khi chơi. - Gv nhận xét- khen</p>	<p>- HS tham gia chơi dưới sự điều khiển của GV - Tổ trọng tài tuyên bố đội thắng</p>
<p>- GV hướng dẫn thả lỏng.</p> <p>- GV nhận xét</p>	<p>- HS thực hiện thả lỏng tích cực.( 2 lần 8N)</p> 
<p><b>4. Vận dụng (3 - 4p)</b></p> <p>- GV nêu câu hỏi</p> <p>- Căn cứ vào câu trả lời của HS Gv chốt kiến thức</p> <p>- GV khen HS sau tiết học. - Hướng dẫn sử dụng sách giáo khoa - Chia sẻ kiến thức chung</p> <p>- Gv hô “ Giải tán” !</p>	<p>- HS trả lời câu hỏi của GV - HS lắng nghe, nhận xét bạn - HS lắng nghe thực hiện</p> <p>- HS lắng nghe - HS lắng nghe</p>  <p>- Hs hô “ Khỏe”!</p>

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU BÀI DẠY**

.....  
.....



## TUẦN 11

### HOẠT ĐỘNG GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 4 CHỦ ĐỀ 2: BÀI TẬP THỂ DỤC

#### Bài 1 - Tiết 3: Ôn động tác Vươn thở, Lườn, Vận mình với gậy - Trò chơi

#### I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

##### 1. Về kiến thức

- Biết thực hiện động tác Vươn thở, Lườn, Vận mình với gậy.

##### 2. Về năng lực

- Thực hiện được động tác Vươn thở, Lườn, Vận mình với gậy
- Biết quan sát tranh ảnh, động tác mẫu của GV để tập luyện và tự sửa sai động tác.
- Biết điều khiển tổ nhóm tập luyện.
- Hoàn thành được lượng vận động của bài tập.

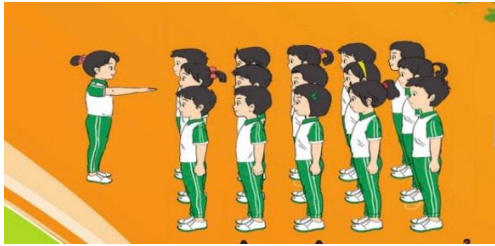
##### 3. Về phẩm chất

- Nghiêm túc, tích cực, đoàn kết trong tập luyện.

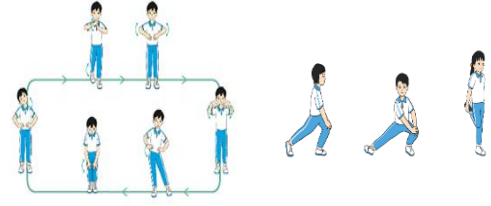
#### II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

- Giáo viên chuẩn bị: Tranh, ảnh động tác, mắc cơ, còi, gậy.
- Học sinh chuẩn bị: Quần áo thể dục, giày thể thao hoặc dép có quai sau.

#### III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Hoạt động của giáo viên	Hoạt động của học sinh
<p><b>1. Khởi động: 4-6'</b></p> <p><b>1.1. Nhận lớp.</b></p> <p>- Gv nhận lớp.</p> <p>- Thăm hỏi sức khỏe học sinh</p> <p>- Phổ biến nội dung, yêu cầu bài học.</p>	<p><i>Đội hình nhận lớp</i></p>  <p>- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số và tình hình lớp.</p> <p>- Học sinh lắng nghe</p>
<p><b>1.2. Khởi động chung.</b></p> <p>- Yêu cầu lớp trưởng lên điều khiển.</p> <p>- Gv theo dõi, sửa sai, nhận xét.</p>	<p>- Cán sự lớp điều khiển, cả lớp khởi động tích cực.</p> <p>+ Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...</p>

+ Kéo dẫn cơ

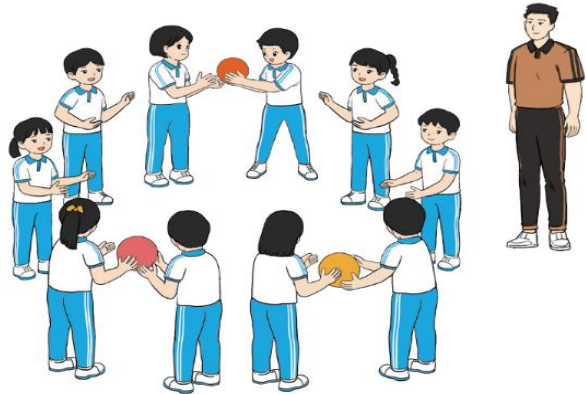


**1.3. Khởi động tâm thể.**

- Trò chơi: “Ai không có bóng”

- HS tham gia trò chơi tích cực, đúng luật

- Gv nhận xét



- Hs lắng nghe

**2. Hình thành kiến thức mới: 6-8'**

**\* Ôn động tác Vươn thở, Lườn, Vận mình với gậy.**

- GV nêu tên động tác, nêu yêu cầu

- HS chú ý lắng nghe thực hiện  
 - 1,2 HS xung phong lên thực hiện lại động tác  
 - HS dưới lớp quan sát nhận xét

**Hình 4. Động tác vươn thở với gậy (từ nhịp 1 đến nhịp 4)**

TTCB: Đứng thẳng, hai chân chụm, hai tay cầm gậy rộng hơn vai.

**Nhịp 1:** Từ tư hít vào, đồng thời chân kiễng gót, hai tay đưa gậy về trước.

**Nhịp 2:** Từ tư thở ra, đồng thời hai gót chạm, gối chùng, hai tay hạ gậy chạm gối, mắt nhìn theo gậy.

**Nhịp 3:** Từ tư hít vào, đồng thời chân kiễng gót, hai tay đưa gậy ra trước lên cao, tay thẳng, mắt nhìn theo gậy.

**Nhịp 4:** Từ tư thở ra, về TTCB.

Nhịp 5, 6, 7, 8 thực hiện như nhịp 1, 2, 3, 4.

---

**Hình 5. Động tác lườn với gậy (từ nhịp 1 đến nhịp 4)**

TTCB: Đứng thẳng, hai tay cầm gậy rộng hơn vai.

**Nhịp 1:** Chân trái bước sang ngang rộng bằng vai, đồng thời hai tay đưa gậy ra trước lên cao, tay thẳng, mắt nhìn thẳng.

**Nhịp 2:** Nghiêng lườn sang trái.

**Nhịp 3:** Về tư thế như nhịp 1.

**Nhịp 4:** Về TTCB.

Nhịp 5, 6, 7, 8 thực hiện như nhịp 1, 2, 3, 4, nhưng đổi bên.

---

**Hình 6. Động tác vận mình với gậy (từ nhịp 1 đến nhịp 4)**

TTCB: Đứng thẳng, hai tay cầm gậy rộng hơn vai.

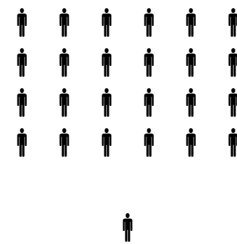
**Nhịp 1:** Chân trái bước sang ngang rộng bằng vai, hai tay đưa gậy về trước.

**Nhịp 2:** Vận mình sang trái; tay phải co, tay trái thẳng; mắt nhìn tay trái.

**Nhịp 3:** Về tư thế như nhịp 1.

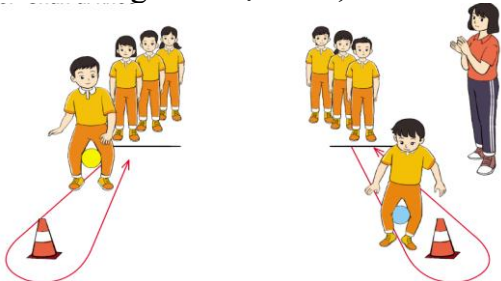
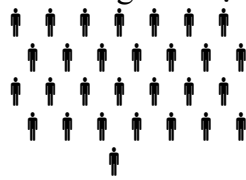
**Nhịp 4:** Về TTCB.

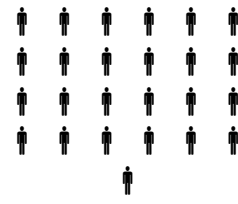
Nhịp 5, 6, 7, 8 thực hiện như nhịp 1, 2, 3, 4, nhưng đổi bên.



- GV nhận xét

- GV nêu những lỗi sai thường mắc và

<p>cách sửa sai động tác.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Triển khai đội hình tập luyện</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- HS quan sát, lắng nghe</li> <li>- HS tập luyện dưới sự điều khiển của GV</li> </ul>
<p><b>3. Luyện tập - thực hành (15-17p)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Tập đồng loạt</b></li> <li>- Lần 1: GV điều khiển cả lớp tập</li> <li>- Lần 2: CSL điều khiển</li> <li>- <b>Tập luyện cá nhân</b></li> <li>- GV quan sát giúp đỡ, sửa sai</li> <li>- <b>Tập luyện nhóm đôi</b></li> <li>- GV quan sát giúp đỡ, sửa sai</li> <li>- <b>Tập luyện theo tổ nhóm</b></li> <li>- GV quan sát giúp đỡ, sửa sai</li> <li>- <b>Thi đua tổ</b></li> <li>- GV nhận xét, tuyên dương</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- HS tập luyện theo điều khiển của GV và CSL</li> <li>- Từng HS tự hô tự tập động tác</li> <li>- HS thay phiên nhau hô sửa sai cho bạn</li> <li>- HS các tổ tập theo khu vực được quy định</li> <li>- Nhóm tổ HS thay phiên nhau hô; chú ý tự sửa sai và sửa sai cho bạn trong nhóm</li> <li>- HS đại diện các tổ lên thi đua.</li> <li>- HS dưới lớp quan sát và bình chọn</li> </ul>
<p><b>*Trò chơi “Chân ai khéo” (3-5p)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Gv nêu tên trò chơi</li> <li>- GV hướng dẫn luật chơi, cách chơi</li> </ul>  <ul style="list-style-type: none"> <li>- Nhắc HS đảm bảo an toàn trong khi chơi.</li> <li>- Gv nhận xét- khen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- HS lắng nghe lựa chọn trò chơi</li> <li>- HS lắng nghe</li> <li>- Bầu cử tổ trọng tài</li> <li>- Cho HS chơi thử, sau đó chơi chính thức</li> <li>- HS tham gia chơi dưới sự điều khiển của GV</li> <li>- Tổ trọng tài tuyên bố đội thắng</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>GV hướng dẫn thả lỏng.</b></li> <li>- GV nhận xét</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- HS thực hiện thả lỏng tích cực. ( 2 lần 8N)</li> </ul> 
<p><b>4. Vận dụng (3 - 4p)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- GV nêu câu hỏi</li> <li>- Căn cứ vào câu trả lời của HS Gv chốt kiến thức</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- HS trả lời câu hỏi của GV</li> <li>- HS lắng nghe, nhận xét bạn</li> <li>- HS lắng nghe thực hiện</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>- GV khen HS sau tiết học.</li> <li>- Hướng dẫn sử dụng sách giáo khoa</li> <li>- Chia sẻ kiến thức chung</li> </ul>          <ul style="list-style-type: none"> <li>- Gv hô “ Giải tán” !</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- HS lắng nghe</li> <li>- HS lắng nghe</li> </ul> <div style="text-align: center;">  </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hs hô “ Khỏe”!</li> </ul>
--	--

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU BÀI DẠY**

.....

.....

## TUẦN 11

### HOẠT ĐỘNG GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 4 CHỦ ĐỀ 2: BÀI TẬP THỂ DỤC

#### Bài 1 - Tiết 4: Động tác Bụng với gậy - Trò chơi

#### I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

##### 1. Về kiến thức

- Biết thực hiện động tác Vươn thở, Lườn, Vặn mình và động tác Bụng với gậy.

##### 2. Về năng lực

- Thực hiện được động tác Vươn thở, Lườn, Vặn mình và động tác Bụng với gậy

- Biết quan sát tranh ảnh, động tác mẫu của GV để tập luyện và tự sửa sai động tác.

- Biết điều khiển tổ nhóm tập luyện.

- Hoàn thành được lượng vận động của bài tập.

##### 3. Về phẩm chất

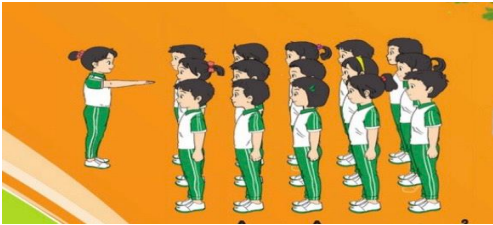
- Nghiêm túc, tích cực, đoàn kết trong tập luyện.

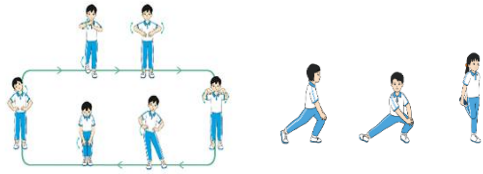
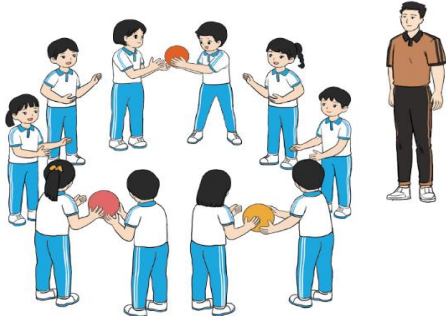

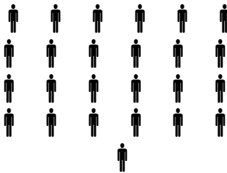
#### II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

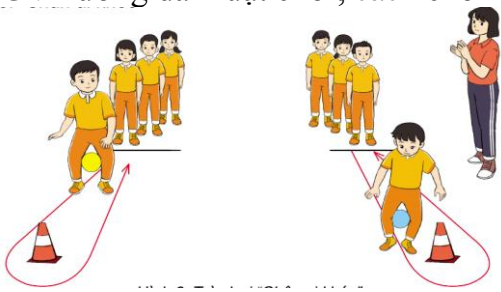
- Giáo viên chuẩn bị: Tranh, ảnh động tác, mắc cơ, còi, gậy.

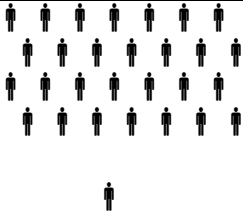
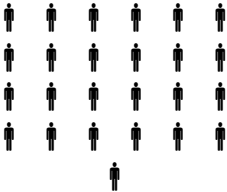
- Học sinh chuẩn bị: Quần áo thể dục, giày thể thao hoặc dép có quai sau.

#### III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Hoạt động của giáo viên	Hoạt động của học sinh
<p><b>1. Khởi động: 4-6'</b></p> <p><b>1.1. Nhận lớp.</b></p> <p>- Gv nhận lớp.</p> <p>- Thăm hỏi sức khỏe học sinh</p> <p>- Phổ biến nội dung, yêu cầu bài học.</p>	<p><i>Đội hình nhận lớp</i></p>  <p>- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số và tình hình lớp.</p> <p>- Học sinh lắng nghe</p>
<p><b>1.2. Khởi động chung.</b></p> <p>- Yêu cầu lớp trưởng lên điều khiển.</p> <p>- Gv theo dõi, sửa sai, nhận xét.</p>	<p>- Cán sự lớp điều khiển, cả lớp khởi động tích cực.</p> <p>+ Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...</p>

	<p>+ Kéo dẫn cơ</p> 
<p><b>1.3. Khởi động tâm thế.</b></p> <p>- Trò chơi: “Ai không có bóng”</p> <p>- Gv nhận xét</p>	<p>- HS tham gia trò chơi tích cực, đúng luật</p>  <p>- Hs lắng nghe</p>
<p><b>2. Hình thành kiến thức mới: 6-8’</b></p>	
<p><b>a. Ôn 3 động tác: Vươn thở, lườn, vận mình với gậy.</b></p> <p>- Gv yêu cầu học sinh nêu tên các động tác đã học</p> <p>- GV mời HS lên thực hiện lại 3 động tác đã học</p> <p>- GV nhận xét - khen</p> <p>- Gv nêu những lỗi sai thường mắc và cách sửa</p> <p>- Tổ chức đội hình tập luyện</p> <p>- GV hô nhịp</p> <p>- Gv nhận xét</p> <p><b>b. Học động tác Bụng với gậy</b></p> <p>- GV nêu tên động tác, nêu yêu cầu</p>  <p>Hình 7. Động tác bụng với gậy (từ nhịp 1 đến nhịp 4)</p> <p><b>TTCB:</b> Đứng thẳng, hai tay cầm gậy rộng hơn vai.</p> <p><b>Nhịp 1:</b> Chân trái bước sang ngang rộng hơn vai; hai tay đưa gậy lên cao, tay thẳng; mắt nhìn theo gậy.</p> <p><b>Nhịp 2:</b> Cúi gập bụng, gậy chạm lên chân, gối thẳng.</p> <p><b>Nhịp 3:</b> Về tư thế như nhịp 1.</p> <p><b>Nhịp 4:</b> Về TTCB.</p> <p>Nhịp 5, 6, 7, 8 thực hiện như nhịp 1, 2, 3, 4, nhưng đổi bên.</p>	<p>- HS xung phong nêu tên các động tác đã học</p> <p>- HS dưới lớp lắng nghe nhận xét bạn</p> <p>- 2,3 HS xung phong lên thực hiện động tác</p> <p>- HS dưới lớp quan sát nhận xét</p>  <p>- HS lắng nghe thực hiện</p> <p>- HS tập luyện dưới sự điều khiển của GV</p> <p>- HS ôn tập 3 động tác đã học</p> <p>- HS lắng nghe</p> <p>- HS lắng nghe thực hiện</p> <p>- Cá nhân</p> <p>- Nhóm đôi</p> <p>- Đại diện HS lên chia sẻ lại động tác đã quan sát được</p>

<ul style="list-style-type: none"> <li>- GV nhận xét – khen</li> <li>- Giáo viên làm mẫu phân tích động tác</li> <li>+ Lần 1: GV làm mẫu động tác</li> <li>+ Lần 2: GV vừa làm mẫu vừa phân tích động tác</li> <li>- GV nêu những lỗi sai thường mắc và cách sửa sai</li> <li>- Gv triển khai đội hình tập luyện</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- HS dưới lớp quan sát nhận xét bạn</li> <li>- HS quan sát ghi nhớ</li> <li>- HS lắng nghe thực hiện</li> <li>- HS tập luyện theo sự điều khiển của GV</li> </ul>
<p><b>3. Luyện tập - thực hành (15-17p)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Tập đồng loạt</b></li> <li>- Lần 1: GV điều khiển cả lớp tập</li> <li>- Lần 2: CSL điều khiển</li> <li>- <b>Tập luyện cá nhân</b></li> <li>- GV quan sát giúp đỡ, sửa sai</li> <li>- <b>Tập luyện nhóm đôi</b></li> <li>- GV quan sát giúp đỡ, sửa sai</li> <li>- <b>Tập luyện theo tổ nhóm</b></li> <li>- GV quan sát giúp đỡ, sửa sai</li> <li>- <b>Thi đua tổ</b></li> <li>- GV nhận xét, tuyên dương</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- HS tập luyện theo điều khiển của GV và CSL</li> <li>- Từng HS tự hô tự tập động tác</li> <li>- HS thay phiên nhau hô sửa sai cho bạn</li> <li>- HS các tổ tập theo khu vực được quy định</li> <li>- Nhóm tổ HS thay phiên nhau hô; chú ý tự sửa sai và sửa sai cho bạn trong nhóm</li> <li>- HS đại diện các tổ lên thi đua.</li> <li>- HS dưới lớp quan sát và bình chọn</li> </ul>
<p><b>*Trò chơi “Chân ai khéo” (3-5p)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Gv nêu tên trò chơi</li> <li>- GV hướng dẫn luật chơi, cách chơi</li> </ul>  <ul style="list-style-type: none"> <li>- Nhắc HS đảm bảo an toàn trong khi chơi.</li> <li>- Gv nhận xét - khen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- HS lắng nghe lựa chọn trò chơi</li> <li>- HS lắng nghe</li> <li>- Bầu cử tổ trọng tài</li> <li>- Cho HS chơi thử, sau đó chơi chính thức</li> <li>- HS tham gia chơi dưới sự điều khiển của GV</li> <li>- Tổ trọng tài tuyên bố đội thắng</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>GV hướng dẫn thả lỏng.</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- HS thực hiện thả lỏng tích cực.( 2 lần 8N)</li> </ul>

<p>- Gv nhận xét</p>	
<p><b>4. Vận dụng (3 - 4p)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- GV nêu câu hỏi</li> <li>- Căn cứ vào câu trả lời của HS Gv chốt kiến thức</li> <li>- GV khen HS sau tiết học.</li> <li>- Hướng dẫn sử dụng sách giáo khoa</li> <li>- Chia sẻ kiến thức chung</li> </ul> <p>- Gv hô “ Giải tán” !</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- HS trả lời câu hỏi của GV</li> <li>- HS lắng nghe, nhận xét bạn</li> <li>- HS lắng nghe thực hiện</li> <li>- HS lắng nghe</li> <li>- HS lắng nghe</li> </ul>  <p>- Hs hô “ Khỏe”!</p>

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU BÀI DẠY**

.....

.....



## TUẦN 12

### HOẠT ĐỘNG GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 4 CHỦ ĐỀ 2: BÀI TẬP THỂ DỤC

#### Bài 1 - Tiết 5: Ôn động tác Vươn thở, Lườn, Vận mình, Bụng với gậy - Trò chơi

#### I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

##### 1. Về kiến thức

- Biết thực hiện động tác Vươn thở, Lườn, Vận mình, Bụng với gậy.

##### 2. Về năng lực

- Thực hiện được động tác Vươn thở, Lườn, Vận mình, Bụng với gậy

- Biết quan sát tranh ảnh, động tác mẫu của GV để tập luyện và tự sửa sai động tác.

- Biết điều khiển tổ nhóm tập luyện.

- Hoàn thành được lượng vận động của bài tập.

##### 3. Về phẩm chất

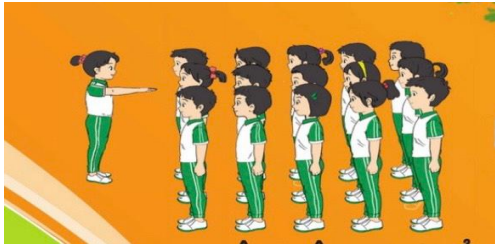
- Nghiêm túc, tích cực, đoàn kết trong tập luyện.

#### II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

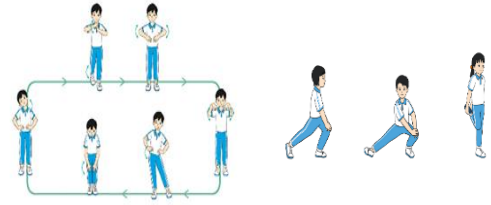
- Giáo viên chuẩn bị: Tranh, mắc cơ, còi, gậy.

- Học sinh chuẩn bị: Quần áo thể dục, giày thể thao hoặc dép có quai sau.

#### III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Hoạt động của giáo viên	Hoạt động của học sinh
<p><b>1. Khởi động: 4-6'</b></p> <p><b>1.1. Nhận lớp.</b></p> <p>- Gv nhận lớp.</p> <p>- Thăm hỏi sức khỏe học sinh</p> <p>- Phổ biến nội dung, yêu cầu bài học.</p>	<p><i>Đội hình nhận lớp</i></p>  <p>- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số và tình hình lớp.</p> <p>- Học sinh lắng nghe</p>
<p><b>1.2. Khởi động chung.</b></p> <p>- Yêu cầu lớp trưởng lên điều khiển.</p> <p>- Gv theo dõi, sửa sai, nhận xét.</p>	<p>- Cán sự lớp điều khiển, cả lớp khởi động tích cực.</p> <p>+ Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...</p>

+ Kéo dẫn cơ

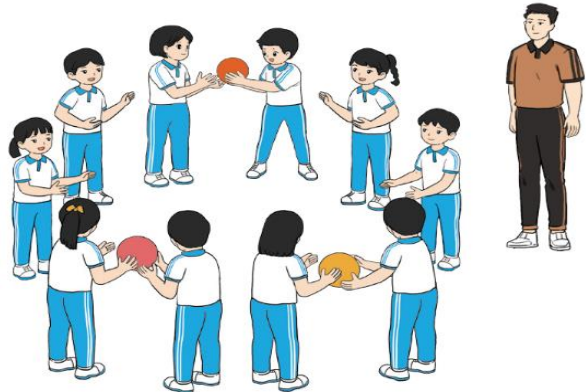


### 1.3. Khởi động tâm thể.

- Trò chơi: “Ai không có bóng”

- HS tham gia trò chơi tích cực, đúng luật

- Gv nhận xét



- Hs lắng nghe

## 2. Hình thành kiến thức mới: 6-8'

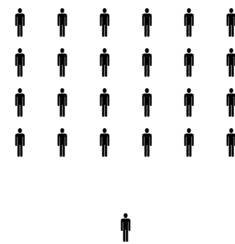
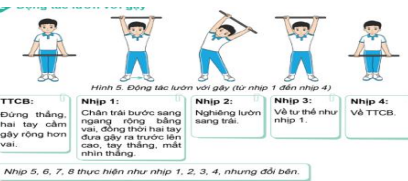
\* Ôn động tác Vươn thở, Lườn, Vặn mình, Bụng với gậy.

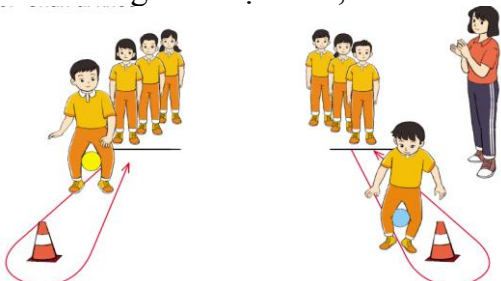
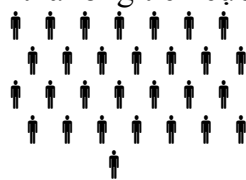
- GV nêu tên động tác, nêu yêu cầu

- HS chú ý lắng nghe thực hiện

- 1,2 HS xung phong lên thực hiện lại động tác

- HS dưới lớp quan sát nhận xét

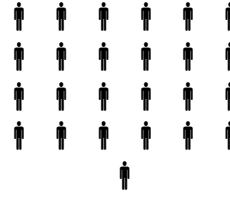


<ul style="list-style-type: none"> <li>- GV nhận xét</li> <li>- GV nêu những lỗi sai thường mắc và cách sửa sai động tác.</li> <li>- Triển khai đội hình tập luyện</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- HS quan sát, lắng nghe</li> <li>- HS tập luyện dưới sự điều khiển của GV</li> </ul>
<p><b>3. Luyện tập - thực hành (15-17p)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Tập đồng loạt</b></li> <li>- Lần 1: GV điều khiển cả lớp tập</li> <li>- Lần 2: CSL điều khiển</li> <li>- <b>Tập luyện cá nhân</b></li> <li>- GV quan sát giúp đỡ, sửa sai</li> <li>- <b>Tập luyện nhóm đôi</b></li> <li>- GV quan sát giúp đỡ, sửa sai</li> <li>- <b>Tập luyện theo tổ nhóm</b></li> <li>- GV quan sát giúp đỡ, sửa sai</li> <li>- <b>Thi đua tổ</b></li> <li>- GV nhận xét, tuyên dương</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- HS tập luyện theo điều khiển của GV và CSL</li> <li>- Từng HS tự hô tự tập động tác</li> <li>- HS thay phiên nhau hô sửa sai cho bạn</li> <li>- HS các tổ tập theo khu vực được quy định</li> <li>- Nhóm tổ HS thay phiên nhau hô; chú ý tự sửa sai và sửa sai cho bạn trong nhóm</li> <li>- HS đại diện các tổ lên thi đua.</li> <li>- HS dưới lớp quan sát và bình chọn</li> </ul>
<p><b>*Trò chơi “Chân ai khéo” (3-5p)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Gv nêu tên trò chơi</li> <li>- GV hướng dẫn luật chơi, cách chơi</li> </ul>  <ul style="list-style-type: none"> <li>- Nhắc HS đảm bảo an toàn trong khi chơi.</li> <li>- Gv nhận xét- khen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- HS lắng nghe lựa chọn trò chơi</li> <li>- HS lắng nghe</li> <li>- Bầu cử tổ trọng tài</li> <li>- Cho HS chơi thử, sau đó chơi chính thức</li> <li>- HS tham gia chơi dưới sự điều khiển của GV</li> <li>- Tổ trọng tài tuyên bố đội thắng</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>GV hướng dẫn thả lỏng.</b></li> <li>- GV nhận xét</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- HS thực hiện thả lỏng tích cực.( 2 lần 8N)</li> </ul> 
<p><b>4. Vận dụng (3 - 4p)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- GV nêu câu hỏi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- HS trả lời câu hỏi của GV</li> <li>- HS lắng nghe, nhận xét bạn</li> <li>- HS lắng nghe thực hiện</li> </ul>

- Căn cứ vào câu trả lời của HS Gv chốt kiến thức
- GV khen HS sau tiết học.
- Hướng dẫn sử dụng sách giáo khoa
- Chia sẻ kiến thức chung

- Gv hô “ Giải tán” !

- HS lắng nghe
- HS lắng nghe



- Hs hô “ Khỏe”!

#### IV. ĐIỀU CHỈNH SAU BÀI DẠY

.....

.....

## TUẦN 12

### HOẠT ĐỘNG GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 4 CHỦ ĐỀ 2: BÀI TẬP THỂ DỤC

#### BÀI 2: ĐỘNG TÁC LƯNG, ĐỘNG TÁC CHÂN, ĐỘNG TÁC NHẢY VÀ ĐỘNG TÁC ĐIỀU HÒA VỚI GẬY ( 7 TIẾT)

##### Tiết 1: Động tác Lưng với gậy - Trò chơi

### I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

#### 1. Về kiến thức

- Biết thực hiện động tác vươn thở, lườn, vặn mình, bụng, lưng với gậy.

#### 2. Về năng lực

- Thực hiện được động tác vươn thở, lườn, vặn mình, bụng, lưng với gậy.

- Biết quan sát tranh, ảnh, động tác mẫu của GV để tập luyện và tự sửa sai động tác.

- Biết điều khiển tổ nhóm tập luyện.

#### 3. Về phẩm chất


- Hăng hái, tích cực, đoàn kết trong tập luyện.

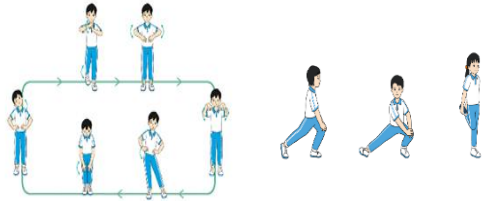
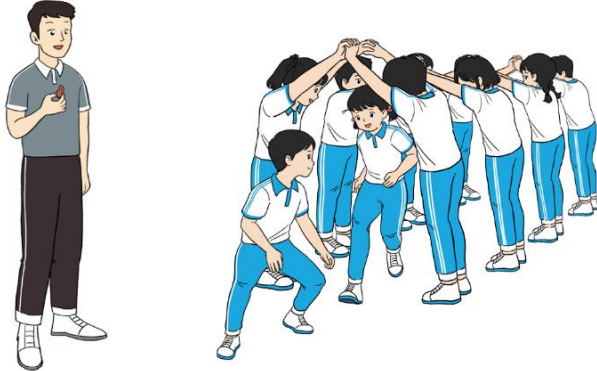
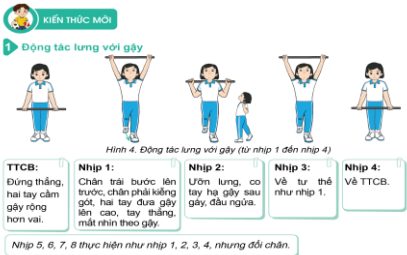

### II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

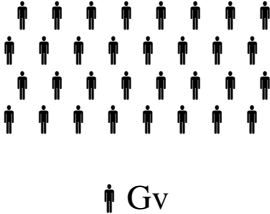
- Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh động tác, mắc cơ, còi, gậy.

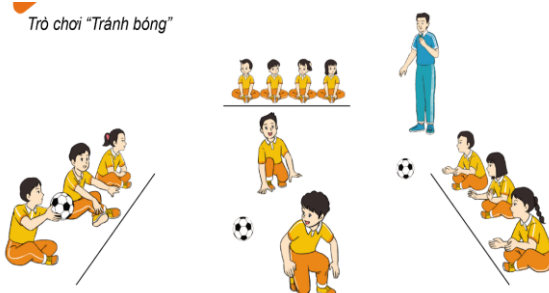
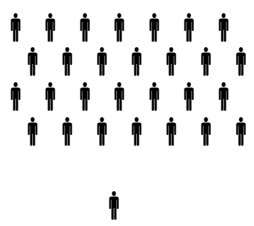
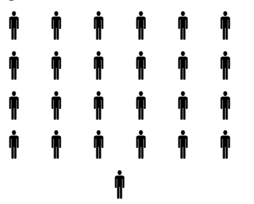
- Học sinh chuẩn bị: Quần áo thể dục, giày thể thao hoặc dép có quai sau.

### III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Hoạt động của giáo viên	Hoạt động của học sinh
<p><b>1. Khởi động: 4-6'</b></p> <p><b>1.1. Nhận lớp.</b></p>	<p><i>Đội hình nhận lớp</i></p>  <p>- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số và tình hình lớp.</p> <p>- Học sinh lắng nghe</p>
<p>- Gv nhận lớp.</p> <p>- Thăm hỏi sức khỏe học sinh</p> <p>- Phổ biến nội dung, yêu cầu bài học.</p>	<p>- Cán sự lớp điều khiển, cả lớp khởi động tích cực.</p> <p>+ Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,..</p>
<p><b>1.2. Khởi động chung.</b></p> <p>- Yêu cầu lớp trưởng lên điều khiển.</p> <p>- Gv theo dõi, sửa sai, nhận xét.</p>	

	<p>+ Kéo dẫn cơ</p> 
<p><b>1.3. Khởi động tâm thế.</b></p> <p>- Trò chơi: “Đường hầm vui vẻ”</p> <p>- Gv nhận xét</p>	<p>- HS tham gia trò chơi tích cực, đúng luật</p>  <p>- Hs lắng nghe</p>
<p><b>2. Hình thành kiến thức mới: 6-8’</b></p>	
<p><b>a. Ôn động tác vươn thở, lườn, vặn mình, bụng với gậy.</b></p> <p>- GV yêu cầu HS nêu tên động tác đã học</p> <p>- GV quan sát nhận xét</p> <p>- Triển khai đội hình tập luyện</p> <p>- GV quan sát nhận xét</p> <p><b>* Động tác lưng với gậy</b></p> <p>- GV treo tranh, nêu yêu cầu</p>  <p>Hình 4. Động tác lưng với gậy (từ nhịp 1 đến nhịp 4)</p> <p>TTCB: Đứng thẳng, hai tay cầm gậy rộng hơn vai.</p> <p>Nhịp 1: Chân trái bước lên trước, chân phải gối gót, hai tay đưa gậy lên cao, tay thẳng mắt nhìn theo gậy.</p> <p>Nhịp 2: Uốn lưng, co tay hạ gậy sau gáy, đầu ngửa.</p> <p>Nhịp 3: Về tư thế như nhịp 1.</p> <p>Nhịp 4: Về TTCB.</p> <p>Nhịp 5, 6, 7, 8 thực hiện như nhịp 1, 2, 3, 4, nhưng đổi chân.</p> <p>- GV nhận xét</p> <p>- GV làm mẫu phân tích động tác</p>	<p>- HS lắng nghe thực hiện</p> <p>- 1,2 HS nêu tên và lên thực hiện động tác</p> <p>- HS lớp quan sát nhận xét bạn</p> <p>- HS tập luyện dưới sự điều khiển của GV và cán sự lớp</p>  <p>† Gv</p> <p>- HS quan sát tranh</p> <p>- Cá nhân</p> <p>- Nhóm 2</p> <p>- HS chia sẻ kết quả</p> <p>- HS dưới lớp quan sát nhận xét bạn</p>

<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Lần 1: GV làm mẫu ĐT</li> <li>+ Lần 2: GV vừa làm mẫu vừa phân tích động tác</li> <li>- GV nêu những lỗi sai thường mắc và cách sửa sai động tác.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Hs quan sát GV làm mẫu, phân tích động tác.</li> <li>- HS lắng nghe</li> </ul>
<p><b>3. Luyện tập - thực hành (15-17')</b></p> <p><b>- Tập đồng loạt</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Lần 1: GV điều khiển cả lớp tập</li> <li>- Lần 2: CSL điều khiển</li> </ul> <p>- GV quan sát giúp đỡ</p>	<div style="text-align: center;">  <p>† Gv</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>- HS tập luyện theo điều khiển của GV và CSL</li> </ul>
<p><b>- Tập cá nhân</b></p> <p>- GV quan sát giúp đỡ</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Từng cá nhân tự thực hiện động tác theo vị trí phân công</li> </ul>
<p><b>- Tập cặp đôi</b></p> <p>- GV quan sát giúp đỡ</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 2 Hs quay mặt vào nhau vừa điều khiển vừa tập luyện sửa sai cho nhau.</li> </ul>
<p><b>- Tập luyện theo tổ nhóm</b></p> <p>- GV quan sát giúp đỡ, sửa sai</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- HS các tổ di chuyển đội hình theo khu vực được phân chia.</li> <li>- Nhóm tổ HS thay phiên nhau hô; chú ý tự sửa sai và sửa sai cho bạn trong nhóm</li> </ul> <div style="text-align: center;"> <pre> x x x x x x x x x x           T1           x x           ▲           x x T3           T2 x x           x           x x           T4           x x x x x x x x x x </pre> </div>
<p><b>- Thi đua tổ</b></p> <p>- GV nhận xét, tuyên dương.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- HS đại diện các tổ lên bốc thăm thi đua.</li> <li>- HS dưới lớp quan sát và bình chọn</li> </ul>
<p><b>*Trò chơi “Tránh bóng” (3-5p)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Gv nêu tên trò chơi</li> <li>- GV hướng dẫn luật chơi, cách chơi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- HS lắng nghe lựa chọn trò chơi</li> <li>- HS lắng nghe</li> <li>- Bầu cử tổ trọng tài</li> <li>- Cho HS chơi thử, sau đó chơi chính thức</li> <li>- HS tham gia chơi dưới sự điều khiển của GV</li> </ul>

<p>Trò chơi "Tránh bóng"</p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>- Nhắc HS đảm bảo an toàn trong khi chơi.</li> <li>- Gv nhận xét- khen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tổ trọng tài tuyên bố đội thắng</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>GV hướng dẫn thả lỏng.</b></li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>- GV nhận xét</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- HS thực hiện thả lỏng tích cực.( 2 lần 8N)</li> </ul> 
<p><b>4. Vận dụng (3 - 4p)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- GV nêu câu hỏi</li> <li>- Căn cứ vào câu trả lời của HS Gv chốt kiến thức</li> <li>- GV khen HS sau tiết học.</li> <li>- Hướng dẫn sử dụng sách giáo khoa</li> <li>- Chia sẻ kiến thức chung</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Gv hô “ Giải tán” !</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- HS trả lời câu hỏi của GV</li> <li>- HS lắng nghe, nhận xét bạn</li> <li>- HS lắng nghe thực hiện</li> <li>- HS lắng nghe</li> <li>- HS lắng nghe</li> </ul>  <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hs hô “ Khỏe”!</li> </ul>

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU BÀI DẠY**

.....

.....

.....



## TUẦN 13

### HOẠT ĐỘNG GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 4 CHỦ ĐỀ 2: BÀI TẬP THỂ DỤC

#### Bài 2 - Tiết 2: Động tác chân với gậy - Trò chơi

#### I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

##### 1. Về kiến thức

- Biết thực hiện động tác vươn thở, lườn, vặn mình, bụng, lưng, chân với gậy.

##### 2. Về năng lực

- Thực hiện được động tác vươn thở, lườn, vặn mình, bụng, lưng, chân với gậy.

- Biết quan sát tranh, ảnh, động tác mẫu của GV để tập luyện và tự sửa sai động tác.

- Biết điều khiển tổ nhóm tập luyện.

##### 3. Về phẩm chất


- Hăng hái, tích cực, đoàn kết trong tập luyện.

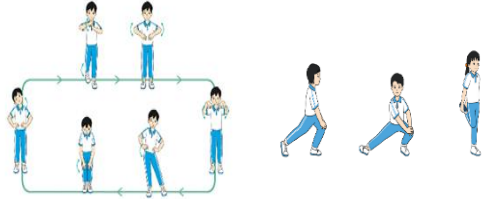
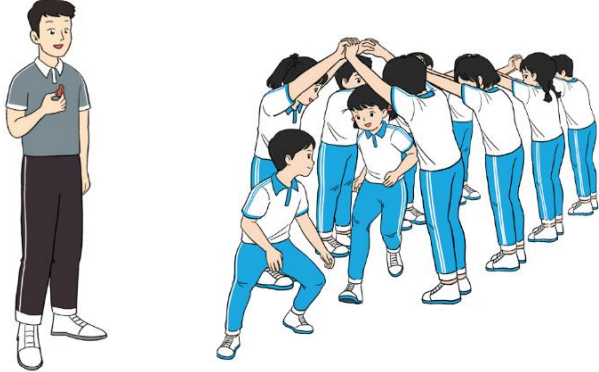
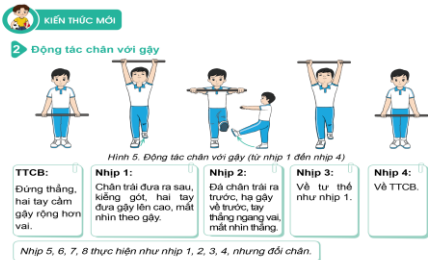
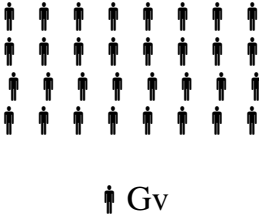
#### II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

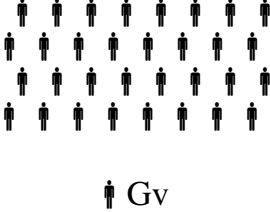
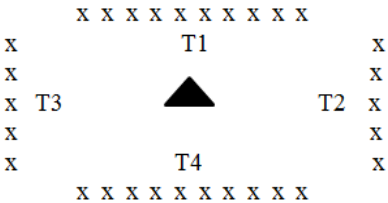
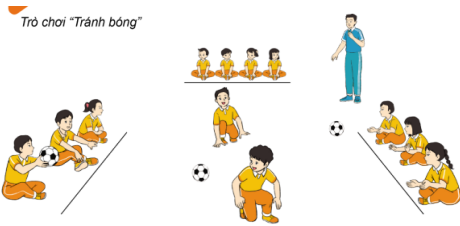
- Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh động tác, mắc cơ, còi, gậy.

- Học sinh chuẩn bị: Quần áo thể dục, giày thể thao hoặc dép có quai sau.

#### III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Hoạt động của giáo viên	Hoạt động của học sinh
<p><b>1. Khởi động: 4-6'</b></p> <p><b>1.1. Nhận lớp.</b></p>	<p><i>Đội hình nhận lớp</i></p>  <p>- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số và tình hình lớp. - Học sinh lắng nghe</p>
<p><b>1.2. Khởi động chung.</b></p> <p>- Yêu cầu lớp trưởng lên điều khiển. - Gv theo dõi, sửa sai, nhận xét.</p>	<p>- Cán sự lớp điều khiển, cả lớp khởi động tích cực. + Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...</p>

	<p>+ Kéo dẫn cơ</p> 
<p><b>1.3. Khởi động tâm thể.</b></p> <p>- Trò chơi: “Đường hầm vui vẻ”</p> <p>- Gv nhận xét</p>	<p>- HS tham gia trò chơi tích cực, đúng luật</p>  <p>- Hs lắng nghe</p>
<p><b>2. Hình thành kiến thức mới: 6-8’</b></p>	
<p><b>a. Ôn động tác vươn thở, lườn, vặn mình, bụng, lưng với gậy.</b></p> <p>- GV yêu cầu HS nêu tên động tác đã học</p> <p>- GV quan sát nhận xét</p> <p>- Triển khai đội hình tập luyện</p> <p>- GV quan sát nhận xét</p> <p><b>* Động tác chân với gậy</b></p> <p>- GV treo tranh, nêu yêu cầu</p>  <p>- GV nhận xét</p> <p>- GV làm mẫu phân tích động tác</p> <p>+ Lần 1: GV làm mẫu ĐT</p>	<p>- HS lắng nghe thực hiện</p> <p>- 1,2 HS nêu tên và lên thực hiện động tác</p> <p>- HS lớp quan sát nhận xét bạn</p> <p>- HS tập luyện dưới sự điều khiển của GV và cán sự lớp</p>  <p>♣ Gv</p> <p>- HS quan sát tranh</p> <p>- Cá nhân</p> <p>- Nhóm 2</p> <p>- HS chia sẻ kết quả</p> <p>- HS dưới lớp quan sát nhận xét bạn</p> <p>- Hs quan sát GV làm mẫu, phân tích động</p>

<p>+ Lần 2: GV vừa làm mẫu vừa phân tích động tác</p> <p>- GV nêu những lỗi sai thường mắc và cách sửa sai động tác.</p>	<p>tác.</p> <p>- HS lắng nghe</p>
<p><b>3. Luyện tập - thực hành (15-17')</b></p> <p>- <b>Tập đồng loạt</b></p> <p>- Lần 1: GV điều khiển cả lớp tập</p> <p>- Lần 2: CSL điều khiển</p>	 <p>- HS tập luyện theo điều khiển của GV và CSL</p>
<p>- <b>Tập cá nhân</b></p> <p>- GV quan sát giúp đỡ</p>	<p>- Từng cá nhân tự thực hiện động tác theo vị trí phân công</p>
<p>- <b>Tập cặp đôi</b></p> <p>- GV quan sát giúp đỡ</p>	<p>- 2 Hs quay mặt vào nhau vừa điều khiển vừa tập luyện sửa sai cho nhau.</p>
<p>- <b>Tập luyện theo tổ nhóm</b></p> <p>- GV quan sát giúp đỡ, sửa sai</p>	<p>- HS các tổ di chuyển đội hình theo khu vực được phân chia.</p> <p>- Nhóm tổ HS thay phiên nhau hô; chú ý tự sửa sai và sửa sai cho bạn trong nhóm</p> 
<p>- <b>Thi đua tổ</b></p> <p>- GV nhận xét, tuyên dương.</p>	<p>- HS đại diện các tổ lên bốc thăm thi đua.</p> <p>- HS dưới lớp quan sát và bình chọn</p>
<p><b>*Trò chơi “Tránh bóng” (3-5p)</b></p> <p>- Gv nêu tên trò chơi</p> <p>- GV hướng dẫn luật chơi, cách chơi</p> 	<p>- HS lắng nghe lựa chọn trò chơi</p> <p>- HS lắng nghe</p> <p>- Bầu cử tổ trọng tài</p> <p>- Cho HS chơi thử, sau đó chơi chính thức</p> <p>- HS tham gia chơi dưới sự điều khiển của GV</p>



## TUẦN 13

### HOẠT ĐỘNG GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 4 CHỦ ĐỀ 2: BÀI TẬP THỂ DỤC

#### Bài 2 - Tiết 3: Ôn các động tác bài thể dục với gậy - Trò chơi

#### I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

##### 1. Về kiến thức

- Biết thực hiện động tác vươn thở, lườn, vặn mình, bụng, lưng, chân với gậy.

##### 2. Về năng lực

- Thực hiện được động tác vươn thở, lườn, vặn mình, bụng, lưng, chân với gậy.

- Biết quan sát tranh, ảnh, động tác mẫu của GV để tập luyện và tự sửa sai động tác.

- Biết điều khiển tổ nhóm tập luyện.

##### 3. Về phẩm chất


- Hăng hái, tích cực, đoàn kết trong tập luyện.

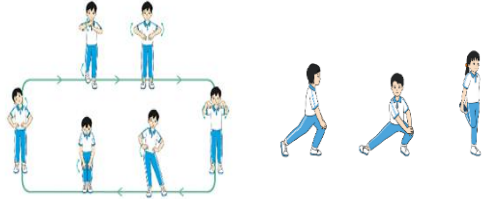
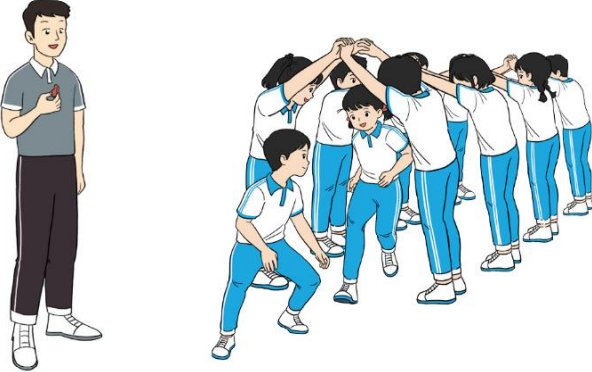
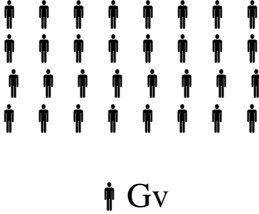
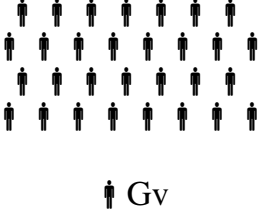
#### II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

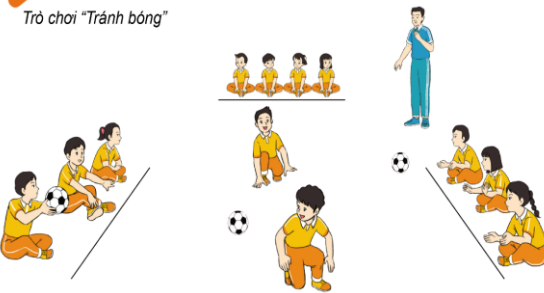
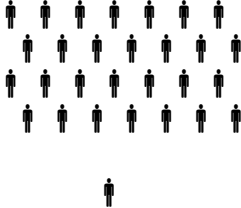
- Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh động tác, mắc cơ, còi, gậy.

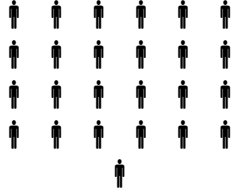
- Học sinh chuẩn bị: Quần áo thể dục, giày thể thao hoặc dép có quai sau.

#### III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Hoạt động của giáo viên	Hoạt động của học sinh
<p><b>1. Khởi động: 4-6'</b></p> <p><b>1.1. Nhận lớp.</b></p>	<p><i>Đội hình nhận lớp</i></p>  <p>- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số và tình hình lớp. - Học sinh lắng nghe</p>
<p><b>1.2. Khởi động chung.</b></p> <p>- Yêu cầu lớp trưởng lên điều khiển. - Gv theo dõi, sửa sai, nhận xét.</p>	<p>- Cán sự lớp điều khiển, cả lớp khởi động tích cực. + Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...</p>

	<p>+ Kéo dẫn cơ</p> 
<p><b>1.3. Khởi động tâm thể.</b></p> <p>- Trò chơi: “Đường hầm vui vẻ”</p> <p>- Gv nhận xét</p>	<p>- HS tham gia trò chơi tích cực, đúng luật</p>  <p>- Hs lắng nghe</p>
<p><b>2. Hình thành kiến thức mới: 6-8’</b></p>	
<p><b>a. Ôn các động tác vươn thở, lườn, vặn mình, bụng, lưng, chân với gậy.</b></p> <p>- GV yêu cầu HS nêu tên động tác đã học</p> <p>- GV quan sát nhận xét</p> <p>- Nêu những lỗi sai thường mắc và cách sửa.</p> <p>- Triển khai đội hình tập luyện</p>	<p>- HS lắng nghe thực hiện</p> <p>- 1,2 HS nêu tên và lên thực hiện động tác</p> <p>- HS lớp quan sát nhận xét bạn</p>  <p>† Gv</p> <p>- HS tập luyện dưới sự điều khiển của GV và cán sự lớp</p>
<p><b>3. Luyện tập - thực hành (15-17’)</b></p> <p>- <b>Tập đồng loạt</b></p> <p>- Lần 1: GV điều khiển cả lớp tập</p> <p>- Lần 2: CSL điều khiển</p> <p>- GV quan sát giúp đỡ</p>	 <p>† Gv</p> <p>- HS tập luyện theo điều khiển của GV và CSL</p>
<p>- <b>Tập cá nhân</b></p> <p>- GV quan sát giúp đỡ</p>	<p>- Từng cá nhân tự thực hiện động tác theo vị trí phân công</p>

<p>- <b>Tập cặp đôi</b></p> <p>- GV quan sát giúp đỡ</p>	<p>- 2 Hs quay mặt vào nhau vừa điều khiển vừa tập luyện sửa sai cho nhau.</p>
<p>- <b>Tập luyện theo tổ nhóm</b></p> <p>- GV quan sát giúp đỡ, sửa sai</p>	<p>- HS các tổ di chuyển đội hình theo khu vực được phân chia.</p> <p>- Nhóm tổ HS thay phiên nhau hô; chú ý tự sửa sai và sửa sai cho bạn trong nhóm</p> <pre style="text-align: center;"> X X X X X X X X X X X           T1           X X           ▲           X X T3       ▲           T2 X X           ▲           X X           T4           X X X X X X X X X X X </pre>
<p>- <b>Thi đua tổ</b></p> <p>- GV nhận xét, tuyên dương.</p>	<p>- HS đại diện các tổ lên bốc thăm thi đua.</p> <p>- HS dưới lớp quan sát và bình chọn</p>
<p><b>*Trò chơi “Tránh bóng” (3-5p)</b></p> <p>- Gv nêu tên trò chơi</p> <p>- GV hướng dẫn luật chơi, cách chơi</p>  <p>- Nhắc HS đảm bảo an toàn trong khi chơi.</p> <p>- Gv nhận xét- khen</p>	<p>- HS lắng nghe lựa chọn trò chơi</p> <p>- HS lắng nghe</p> <p>- Bầu cử tổ trọng tài</p> <p>- Cho HS chơi thử, sau đó chơi chính thức</p> <p>- HS tham gia chơi dưới sự điều khiển của GV</p> <p>- Tổ trọng tài tuyên bố đội thắng</p>
<p>- <b>GV hướng dẫn thả lỏng.</b></p> <p>- GV nhận xét</p>	<p>- HS thực hiện thả lỏng tích cực.( 2 lần 8N)</p> 
<p><b>4. Vận dụng (3 - 4p)</b></p> <p>- GV nêu câu hỏi</p> <p>- Căn cứ vào câu trả lời của HS Gv chốt kiến thức</p>	<p>- HS trả lời câu hỏi của GV</p> <p>- HS lắng nghe, nhận xét bạn</p> <p>- HS lắng nghe thực hiện</p>

<ul style="list-style-type: none"> <li>- GV khen HS sau tiết học.</li> <li>- Hướng dẫn sử dụng sách giáo khoa</li> <li>- Chia sẻ kiến thức chung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- HS lắng nghe</li> <li>- HS lắng nghe</li> </ul> <div style="text-align: center;">  </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hs hô “ Khỏe”!</li> </ul>
---	--

- Gv hô “ Giải tán” !

- Hs hô “ Khỏe”!

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU BÀI DẠY**

.....

.....

.....

.....



## TUẦN 14

### HOẠT ĐỘNG GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 4 CHỦ ĐỀ 2: BÀI TẬP THỂ DỤC

#### Bài 2 - Tiết 4: Động tác nhảy với gậy - Trò chơi

#### I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

##### 1. Về kiến thức

- Biết thực hiện động tác vươn thở, lườn, vặn mình, bụng, lưng, chân, nhảy với gậy.

##### 2. Về năng lực

- Thực hiện được động tác vươn thở, lườn, vặn mình, bụng, lưng, chân, nhảy với gậy.

- Biết quan sát tranh, ảnh, động tác mẫu của GV để tập luyện và tự sửa sai động tác.

- Biết điều khiển tổ nhóm tập luyện.

##### 3. Về phẩm chất


- Hăng hái, tích cực, đoàn kết trong tập luyện.

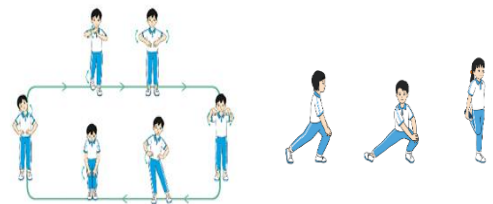
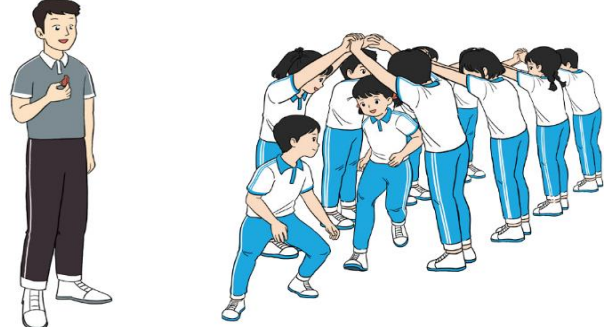
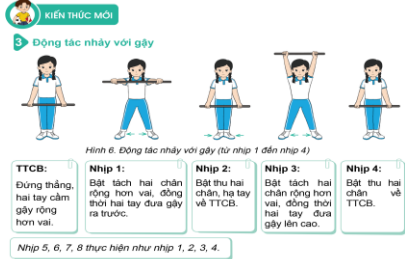

#### II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

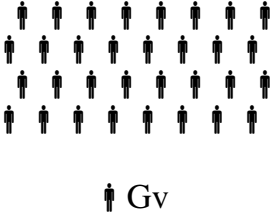
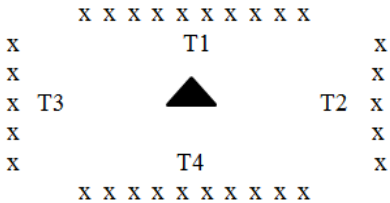

- Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh động tác, mắc cơ, còi, gậy.

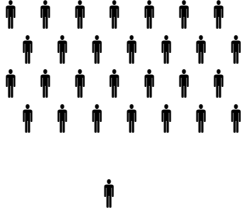
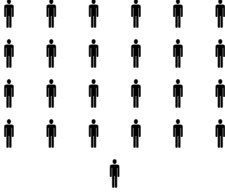
- Học sinh chuẩn bị: Quần áo thể dục, giày thể thao hoặc dép có quai sau.

#### III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Hoạt động của giáo viên	Hoạt động của học sinh
<p><b>1. Khởi động: 4-6'</b></p> <p><b>1.1. Nhận lớp.</b></p>	<p><i>Đội hình nhận lớp</i></p>  <p>- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số và tình hình lớp. - Học sinh lắng nghe</p>
<p><b>1.2. Khởi động chung.</b></p> <p>- Yêu cầu lớp trưởng lên điều khiển. - Gv theo dõi, sửa sai, nhận xét.</p>	<p>- Cán sự lớp điều khiển, cả lớp khởi động tích cực. + Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...</p>

	<p>+ Kéo dẫn cơ</p> 					
<p><b>1.3. Khởi động tâm thế.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Trò chơi: “Đường hầm vui vẻ”</li> <li>- Gv nhận xét</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- HS tham gia trò chơi tích cực, đúng luật</li> </ul>  <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hs lắng nghe</li> </ul>					
<p><b>2. Hình thành kiến thức mới: 6-8’</b></p>						
<p><b>a. Ôn động tác vươn thở, lườn, vặn mình, bụng, lưng, chân với gậy.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- GV yêu cầu HS nêu tên động tác đã học</li> <li>- GV quan sát nhận xét</li> <li>- Gv nêu những lỗi sai thường mắc và cách sửa.</li> <li>- Triển khai đội hình tập luyện</li> <li>- GV quan sát nhận xét</li> </ul> <p><b>* Động tác nhảy với gậy</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- GV treo tranh, nêu yêu cầu</li> </ul>  <p>Hình 6. Động tác nhảy với gậy (từ nhịp 1 đến nhịp 4)</p> <table border="1" data-bbox="319 1825 710 1904"> <tr> <td><b>TTCB:</b> Đứng thẳng, hai tay cầm gậy rộng hơn vai.</td> <td><b>Nhịp 1:</b> Bật tách hai chân rộng hơn vai, đồng thời hai tay đưa gậy ra trước.</td> <td><b>Nhịp 2:</b> Bật thu hai chân, hạ tay về TTCB.</td> <td><b>Nhịp 3:</b> Bật tách hai chân rộng hơn vai, đồng thời hai tay đưa gậy lên cao.</td> <td><b>Nhịp 4:</b> Bật thu hai chân về TTCB.</td> </tr> </table> <p>Nhịp 5, 6, 7, 8 thực hiện như nhịp 1, 2, 3, 4.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- GV nhận xét</li> <li>- GV làm mẫu phân tích động tác</li> <li>+ Lần 1: GV làm mẫu ĐT</li> </ul>	<b>TTCB:</b> Đứng thẳng, hai tay cầm gậy rộng hơn vai.	<b>Nhịp 1:</b> Bật tách hai chân rộng hơn vai, đồng thời hai tay đưa gậy ra trước.	<b>Nhịp 2:</b> Bật thu hai chân, hạ tay về TTCB.	<b>Nhịp 3:</b> Bật tách hai chân rộng hơn vai, đồng thời hai tay đưa gậy lên cao.	<b>Nhịp 4:</b> Bật thu hai chân về TTCB.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- HS lắng nghe thực hiện</li> <li>- 1,2 HS nêu tên và lên thực hiện động tác</li> <li>- HS lớp quan sát nhận xét bạn</li> </ul>  <p>† Gv</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- HS tập luyện dưới sự điều khiển của GV và cán sự lớp</li> <li>- HS quan sát tranh</li> <li>- Cá nhân</li> <li>- Nhóm 2</li> <li>- HS chia sẻ kết quả</li> <li>- HS dưới lớp quan sát nhận xét bạn</li> <li>- Hs quan sát GV làm mẫu, phân tích động tác.</li> </ul>
<b>TTCB:</b> Đứng thẳng, hai tay cầm gậy rộng hơn vai.	<b>Nhịp 1:</b> Bật tách hai chân rộng hơn vai, đồng thời hai tay đưa gậy ra trước.	<b>Nhịp 2:</b> Bật thu hai chân, hạ tay về TTCB.	<b>Nhịp 3:</b> Bật tách hai chân rộng hơn vai, đồng thời hai tay đưa gậy lên cao.	<b>Nhịp 4:</b> Bật thu hai chân về TTCB.		

<p>+ Lần 2: GV vừa làm mẫu vừa phân tích động tác</p> <p>- GV nêu những lỗi sai thường mắc và cách sửa sai động tác.</p>	<p>- HS lắng nghe</p>
<p><b>3. Luyện tập - thực hành (15-17')</b></p> <p><b>- Tập đồng loạt</b></p> <p>- Lần 1: GV điều khiển cả lớp tập</p> <p>- Lần 2: CSL điều khiển</p>	<div style="text-align: center;">  </div> <p>- HS tập luyện theo điều khiển của GV và CSL</p>
<p><b>- Tập cá nhân</b></p> <p>- GV quan sát giúp đỡ</p>	<p>- Từng cá nhân tự thực hiện động tác theo vị trí phân công</p>
<p><b>- Tập cặp đôi</b></p> <p>- GV quan sát giúp đỡ</p>	<p>- 2 Hs quay mặt vào nhau vừa điều khiển vừa tập luyện sửa sai cho nhau.</p>
<p><b>- Tập luyện theo tổ nhóm</b></p> <p>- GV quan sát giúp đỡ, sửa sai</p>	<p>- HS các tổ di chuyển đội hình theo khu vực được phân chia.</p> <p>- Nhóm tổ HS thay phiên nhau hô; chú ý tự sửa sai và sửa sai cho bạn trong nhóm</p> <div style="text-align: center;">  </div>
<p><b>- Thi đua tổ</b></p> <p>- GV nhận xét, tuyên dương.</p>	<p>- HS đại diện các tổ lên bốc thăm thi đua.</p> <p>- HS dưới lớp quan sát và bình chọn</p>
<p><b>*Trò chơi “Tránh bóng” (3-5p)</b></p> <p>- Gv nêu tên trò chơi</p> <p>- GV hướng dẫn luật chơi, cách chơi</p> <div style="text-align: center;">  </div>	<p>- HS lắng nghe lựa chọn trò chơi</p> <p>- HS lắng nghe</p> <p>- Bầu cử tổ trọng tài</p> <p>- Cho HS chơi thử, sau đó chơi chính thức</p> <p>- HS tham gia chơi dưới sự điều khiển của GV</p>

<ul style="list-style-type: none"> <li>- Nhắc HS đảm bảo an toàn trong khi chơi.</li> <li>- Gv nhận xét- khen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tổ trọng tài tuyên bố đội thắng</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>GV hướng dẫn thả lỏng.</b></li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>- GV nhận xét</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- HS thực hiện thả lỏng tích cực.( 2 lần 8N)</li> </ul> 
<p><b>4. Vận dụng (3 - 4p)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- GV nêu câu hỏi</li> <li>- Căn cứ vào câu trả lời của HS Gv chốt kiến thức</li> <li>- GV khen HS sau tiết học.</li> <li>- Hướng dẫn sử dụng sách giáo khoa</li> <li>- Chia sẻ kiến thức chung</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Gv hô “ Giải tán” !</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- HS trả lời câu hỏi của GV</li> <li>- HS lắng nghe, nhận xét bạn</li> <li>- HS lắng nghe thực hiện</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>- HS lắng nghe</li> <li>- HS lắng nghe</li> </ul>  <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hs hô “ Khỏe”!</li> </ul>

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU BÀI DẠY**

.....

.....

.....

.....

## TUẦN 14

### HOẠT ĐỘNG GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 4 CHỦ ĐỀ 2: BÀI TẬP THỂ DỤC

#### Bài 2 - Tiết 5: Động tác điều hoà với gậy - Trò chơi

#### I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

##### 1. Về kiến thức

- Biết thực hiện động tác vươn thở, lườn, vặn mình, bụng, lưng, chân, nhảy và điều hoà với gậy.

##### 2. Về năng lực

- Thực hiện được động tác vươn thở, lườn, vặn mình, bụng, lưng, chân, nhảy, điều hoà với gậy.

- Biết quan sát tranh, ảnh, động tác mẫu của GV để tập luyện và tự sửa sai động tác.

- Biết điều khiển tổ nhóm tập luyện.

##### 3. Về phẩm chất

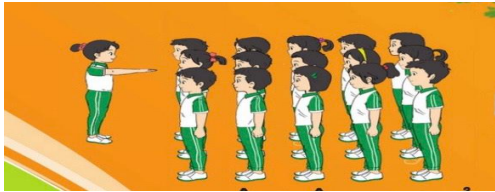
- Hăng hái, tích cực, đoàn kết trong tập luyện.

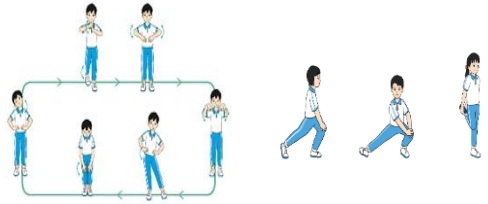
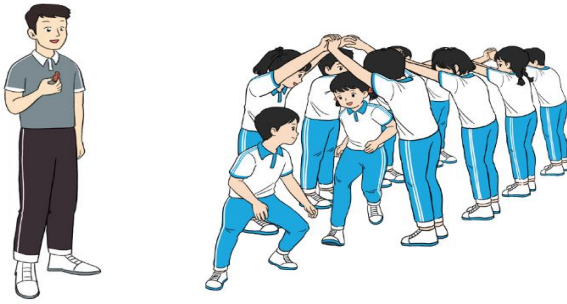
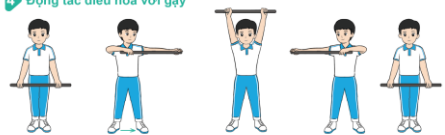

#### II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

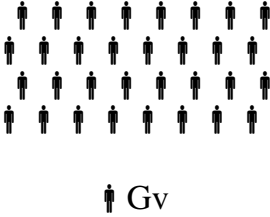
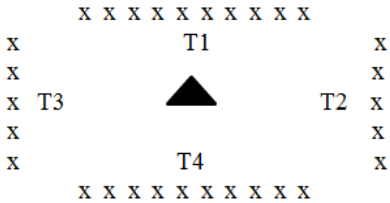
- Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh động tác, mắc cơ, còi, gậy.


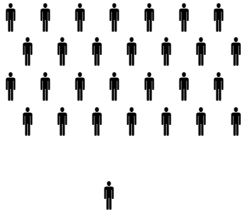
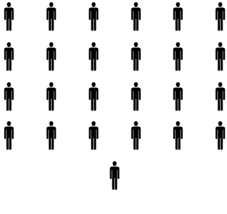
- Học sinh chuẩn bị: Quần áo thể dục, giày thể thao hoặc dép có quai sau.

#### III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Hoạt động của giáo viên	Hoạt động của học sinh
<b>1. Khởi động: 4-6'</b> <b>1.1. Nhận lớp.</b>  - Gv nhận lớp.  - Thăm hỏi sức khỏe học sinh - Phổ biến nội dung, yêu cầu bài học.	<b>Đội hình nhận lớp</b>   - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số và tình hình lớp. - Học sinh lắng nghe
<b>1.2. Khởi động chung.</b> - Yêu cầu lớp trưởng lên điều khiển.	- Cán sự lớp điều khiển, cả lớp khởi động tích cực. + Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông,

<p>- Gv theo dõi, sửa sai, nhận xét.</p>	<p>gõi,.. + Kéo dẫn cơ</p> 					
<p><b>1.3. Khởi động tâm thế.</b> - Trò chơi: “Đường hầm vui vẻ”</p> <p>- Gv nhận xét</p>	<p>- HS tham gia trò chơi tích cực, đúng luật</p>  <p>- Hs lắng nghe</p>					
<p><b>2. Hình thành kiến thức mới: 6-8’</b></p>						
<p><b>a. Ôn động tác vươn thở, lườn, vặn mình, bụng, lưng, chân, nhảy với gậy.</b></p> <p>- GV yêu cầu HS nêu tên động tác đã học</p> <p>- GV quan sát nhận xét</p> <p>- Gv nêu những lỗi sai thường mắc và cách sửa.</p> <p>- Triển khai đội hình tập luyện</p> <p>- GV quan sát nhận xét</p> <p><b>* Động tác điều hoà với gậy</b></p> <p>- GV treo tranh, nêu yêu cầu</p>  <p>Hình 7. Động tác điều hoà với gậy (từ nhịp 1 đến nhịp 4)</p> <table border="1" data-bbox="279 1892 726 2004"> <tr> <td><b>TTCB:</b> Đứng thẳng, hai tay cầm gậy rộng hơn vai.</td> <td><b>Nhịp 1:</b> Chân trái bước sang ngang rộng hơn vai, hai tay đưa gậy sang trái, tay trái thẳng, tay phải co, mắt nhìn tay trái. Hít vào.</td> <td><b>Nhịp 2:</b> Tiếp tục hít vào, hai tay đưa gậy lên cao.</td> <td><b>Nhịp 3:</b> Thở ra, hạ gậy sang phải, tay phải thẳng, tay trái co, mắt nhìn tay phải.</td> <td><b>Nhịp 4:</b> Tiếp tục thở ra, về TTCB.</td> </tr> </table> <p>Nhịp 5, 6, 7, 8 thực hiện như nhịp 1, 2, 3, 4, nhưng đổi bên.</p>	<b>TTCB:</b> Đứng thẳng, hai tay cầm gậy rộng hơn vai.	<b>Nhịp 1:</b> Chân trái bước sang ngang rộng hơn vai, hai tay đưa gậy sang trái, tay trái thẳng, tay phải co, mắt nhìn tay trái. Hít vào.	<b>Nhịp 2:</b> Tiếp tục hít vào, hai tay đưa gậy lên cao.	<b>Nhịp 3:</b> Thở ra, hạ gậy sang phải, tay phải thẳng, tay trái co, mắt nhìn tay phải.	<b>Nhịp 4:</b> Tiếp tục thở ra, về TTCB.	<p>- HS lắng nghe thực hiện</p> <p>- 1,2 HS nêu tên và lên thực hiện động tác</p> <p>- HS lớp quan sát nhận xét bạn</p>  <p>† Gv</p> <p>- HS tập luyện dưới sự điều khiển của GV và cán sự lớp</p> <p>- HS quan sát tranh</p> <p>- Cá nhân</p> <p>- Nhóm 2</p> <p>- HS chia sẻ kết quả</p> <p>- HS dưới lớp quan sát nhận xét bạn</p> <p>- Hs quan sát GV làm mẫu, phân tích động tác.</p>
<b>TTCB:</b> Đứng thẳng, hai tay cầm gậy rộng hơn vai.	<b>Nhịp 1:</b> Chân trái bước sang ngang rộng hơn vai, hai tay đưa gậy sang trái, tay trái thẳng, tay phải co, mắt nhìn tay trái. Hít vào.	<b>Nhịp 2:</b> Tiếp tục hít vào, hai tay đưa gậy lên cao.	<b>Nhịp 3:</b> Thở ra, hạ gậy sang phải, tay phải thẳng, tay trái co, mắt nhìn tay phải.	<b>Nhịp 4:</b> Tiếp tục thở ra, về TTCB.		

<ul style="list-style-type: none"> <li>- GV nhận xét</li> <li>- GV làm mẫu phân tích động tác</li> <li>+ Lần 1: GV làm mẫu ĐT</li> <li>+ Lần 2: GV vừa làm mẫu vừa phân tích động tác</li> <li>- GV nêu những lỗi sai thường mắc và cách sửa sai động tác.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- HS lắng nghe</li> </ul>
<p><b>3. Luyện tập - thực hành (15-17')</b></p> <p><b>- Tập đồng loạt</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Lần 1: GV điều khiển cả lớp tập</li> <li>- Lần 2: CSL điều khiển</li> </ul> <p>- GV quan sát giúp đỡ</p>	<div style="text-align: center;">  </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>- HS tập luyện theo điều khiển của GV và CSL</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Tập cá nhân</b></li> <li>- GV quan sát giúp đỡ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Từng cá nhân tự thực hiện động tác theo vị trí phân công</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Tập cặp đôi</b></li> <li>- GV quan sát giúp đỡ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 2 Hs quay mặt vào nhau vừa điều khiển vừa tập luyện sửa sai cho nhau.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Tập luyện theo tổ nhóm</b></li> <li>- GV quan sát giúp đỡ, sửa sai</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- HS các tổ di chuyển đội hình theo khu vực được phân chia.</li> <li>- Nhóm tổ HS thay phiên nhau hô; chú ý tự sửa sai và sửa sai cho bạn trong nhóm</li> </ul> <div style="text-align: center;">  </div>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Thi đua tổ</b></li> <li>- GV nhận xét, tuyên dương.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- HS đại diện các tổ lên bốc thăm thi đua.</li> <li>- HS dưới lớp quan sát và bình chọn</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>*Trò chơi “Tránh bóng” (3-5p)</b></li> <li>- Gv nêu tên trò chơi</li> <li>- GV hướng dẫn luật chơi, cách chơi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- HS lắng nghe lựa chọn trò chơi</li> <li>- HS lắng nghe</li> <li>- Bầu cử tổ trọng tài</li> <li>- Cho HS chơi thử, sau đó chơi chính thức</li> </ul>

<p>Trò chơi "Tránh bóng"</p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>- Nhắc HS đảm bảo an toàn trong khi chơi.</li> <li>- Gv nhận xét- khen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- HS tham gia chơi dưới sự điều khiển của GV</li> <li>- Tổ trọng tài tuyên bố đội thắng</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- GV hướng dẫn thả lỏng.</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>- GV nhận xét</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- HS thực hiện thả lỏng tích cực.( 2 lần 8N)</li> </ul> 
<p><b>4. Vận dụng (3 - 4p)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- GV nêu câu hỏi</li> <li>- Căn cứ vào câu trả lời của HS Gv chốt kiến thức</li> <li>- GV khen HS sau tiết học.</li> <li>- Hướng dẫn sử dụng sách giáo khoa</li> <li>- Chia sẻ kiến thức chung</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Gv hô " Giải tán" !</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- HS trả lời câu hỏi của GV</li> <li>- HS lắng nghe, nhận xét bạn</li> <li>- HS lắng nghe thực hiện</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>- HS lắng nghe</li> <li>- HS lắng nghe</li> </ul>  <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hs hô " Khỏe"!</li> </ul>

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU BÀI DẠY**

.....

.....

.....

.....



## TUẦN 15

### HOẠT ĐỘNG GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 4 CHỦ ĐỀ 2: BÀI TẬP THỂ DỤC

#### Bài 2 - Tiết 6: Ôn bài thể dục với gậy - Trò chơi

#### I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

##### 1. Về kiến thức

- Biết thực hiện được các động tác bài thể dục vươn thở, lườn, vặn mình, bụng, lưng, chân, nhảy và điều hoà với gậy.

##### 2. Về năng lực

- Thực hiện được các động tác bài thể dục vươn thở, lườn, vặn mình, bụng, lưng, chân, nhảy, điều hoà với gậy.

- Biết quan sát tranh, ảnh, động tác mẫu của GV để tập luyện và tự sửa sai động tác.

- Biết điều khiển tổ nhóm tập luyện.

##### 3. Về phẩm chất

- Hăng hái, tích cực, đoàn kết trong tập luyện.

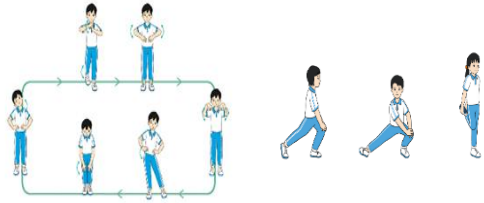
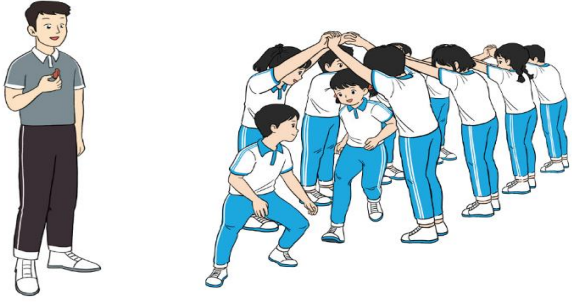


#### II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC


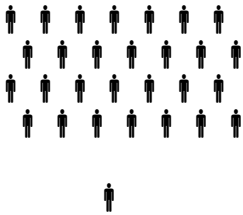
- Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh động tác, mắc cơ, còi, gậy.

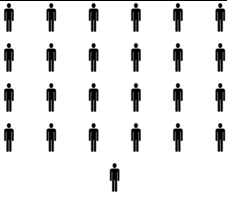
- Học sinh chuẩn bị: Quần áo thể dục, giày thể thao hoặc dép có quai sau.

#### III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Hoạt động của giáo viên	Hoạt động của học sinh
<b>1. Khởi động: 4-6'</b> <b>1.1. Nhận lớp.</b>  - Gv nhận lớp.  - Thăm hỏi sức khỏe học sinh - Phổ biến nội dung, yêu cầu bài học.	<b>Đội hình nhận lớp</b>   - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số và tình hình lớp. - Học sinh lắng nghe
<b>1.2. Khởi động chung.</b> - Yêu cầu lớp trưởng lên điều khiển.	- Cán sự lớp điều khiển, cả lớp khởi động tích cực. + Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...

<p>- Gv theo dõi, sửa sai, nhận xét.</p>	<p>+ Kéo dẫn cơ</p> 
<p><b>1.3. Khởi động tâm thể.</b></p> <p>- Trò chơi: “Đường hầm vui vẻ”</p> <p>- Gv nhận xét</p>	<p>- HS tham gia trò chơi tích cực, đúng luật</p>  <p>- Hs lắng nghe</p>
<p><b>2. Hình thành kiến thức mới: 6-8’</b></p>	
<p><b>a. Ôn các động tác bài thể dục vươn thở, lườn, vặn mình, bụng, lưng, chân, nhảy, điều hoà với gậy.</b></p> <p>- GV yêu cầu HS nêu tên động tác đã học</p> <p>- GV quan sát nhận xét</p> <p>- GV nêu những lỗi sai thường mắc và cách sửa.</p> <p>- Triển khai đội hình tập luyện</p> <p>- GV quan sát nhận xét</p>	<p>- HS lắng nghe thực hiện</p> <p>- 1,2 HS nêu tên và lên thực hiện động tác</p> <p>- HS lớp quan sát nhận xét bạn</p>  <p>† Gv</p> <p>- HS tập luyện dưới sự điều khiển của GV và cán sự lớp</p>
<p><b>3. Luyện tập - thực hành (15-17’)</b></p> <p>- <b>Tập đồng loạt</b></p> <p>- Lần 1: GV điều khiển cả lớp tập</p> <p>- Lần 2: CSL điều khiển</p> <p>- GV quan sát giúp đỡ</p>	 <p>† Gv</p> <p>- HS tập luyện theo điều khiển của GV và CSL</p>
<p>- <b>Tập cá nhân</b></p> <p>- GV quan sát giúp đỡ</p>	<p>- Từng cá nhân tự thực hiện động tác theo vị trí phân công</p>

<p>- <b>Tập cặp đôi</b></p> <p>- GV quan sát giúp đỡ</p>	<p>- 2 Hs quay mặt vào nhau vừa điều khiển vừa tập luyện sửa sai cho nhau.</p>
<p>- <b>Tập luyện theo tổ nhóm</b></p> <p>- GV quan sát giúp đỡ, sửa sai</p>	<p>- HS các tổ di chuyển đội hình theo khu vực được phân chia.</p> <p>- Nhóm tổ HS thay phiên nhau hô; chú ý tự sửa sai và sửa sai cho bạn trong nhóm</p> <pre style="text-align: center;">       x x x x x x x x x       x           T1           x       x           ▲           x       x T3           T2           x       x           T4           x       x           x x x x x x x x x     </pre>
<p>- <b>Thi đua tổ</b></p> <p>- GV nhận xét, tuyên dương.</p>	<p>- HS đại diện các tổ lên bốc thăm thi đua.</p> <p>- HS dưới lớp quan sát và bình chọn</p>
<p><b>*Trò chơi “Tránh bóng” (3-5p)</b></p> <p>- Gv nêu tên trò chơi</p> <p>- GV hướng dẫn luật chơi, cách chơi</p>  <p>- Nhắc HS đảm bảo an toàn trong khi chơi.</p> <p>- Gv nhận xét- khen</p>	<p>- HS lắng nghe lựa chọn trò chơi</p> <p>- HS lắng nghe</p> <p>- Bầu cử tổ trọng tài</p> <p>- Cho HS chơi thử, sau đó chơi chính thức</p> <p>- HS tham gia chơi dưới sự điều khiển của GV</p> <p>- Tổ trọng tài tuyên bố đội thắng</p>
<p>- <b>GV hướng dẫn thả lỏng.</b></p> <p>- GV nhận xét</p>	<p>- HS thực hiện thả lỏng tích cực.( 2 lần 8N)</p> 
<p><b>4. Vận dụng (3 - 4p)</b></p> <p>- GV nêu câu hỏi</p> <p>- Căn cứ vào câu trả lời của HS Gv chốt kiến thức</p> <p>- GV khen HS sau tiết học.</p> <p>- Hướng dẫn sử dụng sách giáo khoa</p> <p>- Chia sẻ kiến thức chung</p>	<p>- HS trả lời câu hỏi của GV</p> <p>- HS lắng nghe, nhận xét bạn</p> <p>- HS lắng nghe thực hiện</p> <p>- HS lắng nghe</p> <p>- HS lắng nghe</p>

<p>- Gv hô “ Giải tán” !</p>	 <p>- Hs hô “ Khỏe”!</p>
------------------------------	---

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU BÀI DẠY**

.....

.....

.....

.....

## TUẦN 15

### HOẠT ĐỘNG GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 4 CHỦ ĐỀ 2: BÀI TẬP THỂ DỤC

#### Bài 2 - Tiết 7: Ôn bài thể dục với gậy - Trò chơi

#### I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

##### 1. Về kiến thức

- Biết thực hiện được các động tác bài thể dục vươn thở, lườn, vặn mình, bụng, lưng, chân, nhảy và điều hoà với gậy.

##### 2. Về năng lực

- Thực hiện được các động tác bài thể dục vươn thở, lườn, vặn mình, bụng, lưng, chân, nhảy, điều hoà với gậy.

- Biết quan sát tranh, ảnh, động tác mẫu của GV để tập luyện và tự sửa sai động tác.

- Biết điều khiển tổ nhóm tập luyện.

##### 3. Về phẩm chất

- Hăng hái, tích cực, đoàn kết trong tập luyện.

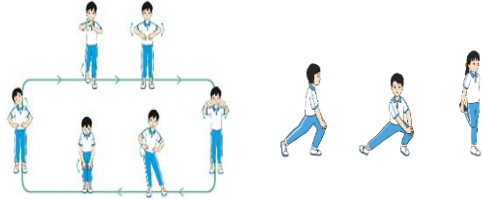
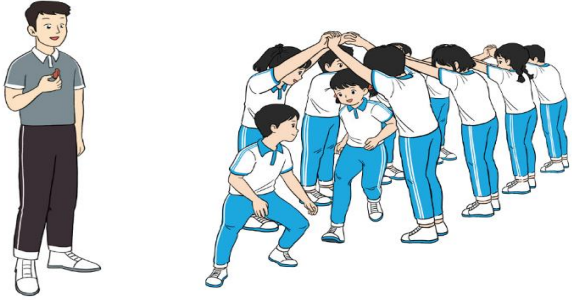
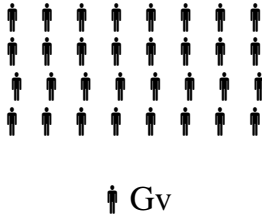
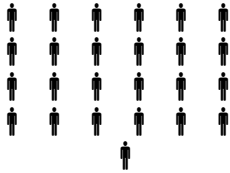
#### II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC


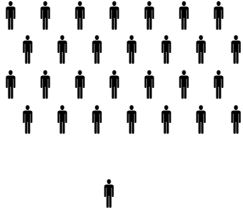
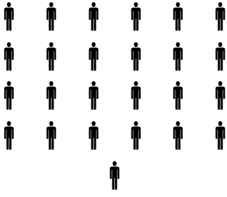
- Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh động tác, mắc cơ, còi, gậy.

- Học sinh chuẩn bị: Quần áo thể dục, giày thể thao hoặc dép có quai sau.

#### III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Hoạt động của giáo viên	Hoạt động của học sinh
<b>1. Khởi động: 4-6'</b> <b>1.1. Nhận lớp.</b>  - Gv nhận lớp.  - Thăm hỏi sức khỏe học sinh - Phổ biến nội dung, yêu cầu bài học.	<b>Đội hình nhận lớp</b>  - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số và tình hình lớp. - Học sinh lắng nghe
<b>1.2. Khởi động chung.</b> - Yêu cầu lớp trưởng lên điều khiển.	- Cán sự lớp điều khiển, cả lớp khởi động tích cực. + Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...

<p>- Gv theo dõi, sửa sai, nhận xét.</p>	<p>+ Kéo dẫn cơ</p> 
<p><b>1.3. Khởi động tâm thể.</b></p> <p>- Trò chơi: “Đường hầm vui vẻ”</p> <p>- Gv nhận xét</p>	<p>- HS tham gia trò chơi tích cực, đúng luật</p>  <p>- Hs lắng nghe</p>
<p><b>2. Hình thành kiến thức mới: 6-8’</b></p>	
<p><b>a. Ôn các động tác bài thể dục vươn thở, lườn, vặn mình, bụng, lưng, chân, nhảy, điều hoà với gậy.</b></p> <p>- GV yêu cầu HS nêu tên động tác đã học</p> <p>- GV quan sát nhận xét</p>	<p>- HS lắng nghe thực hiện</p> <p>- CSL hô nhịp cả lớp ôn lại bài thể dục</p>  <p>† Gv</p> <p>- HS tập luyện dưới sự điều khiển của GV và cán sự lớp</p>
<p><b>3. Luyện tập - thực hành (15-17’)</b></p> <p>- <b>Kiểm tra bài thể dục với gậy</b></p> <p>- GV lần yêu cầu các tổ kiểm tra theo lần lượt</p> <p>- GV nhận xét.</p>	<p>- Tổ trưởng điều khiển tổ tập luyện</p> <p>- HS dưới lớp quan sát nhận xét tổ bạn</p> 
<p><b>*Trò chơi “Tránh bóng” (3-5p)</b></p> <p>- Gv nêu tên trò chơi</p> <p>- GV hướng dẫn luật chơi, cách chơi</p>	<p>- HS lắng nghe lựa chọn trò chơi</p> <p>- HS lắng nghe</p> <p>- Bầu cử tổ trọng tài</p> <p>- Cho HS chơi thử, sau đó chơi chính thức</p>

<p>Trò chơi "Tránh bóng"</p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>- Nhắc HS đảm bảo an toàn trong khi chơi.</li> <li>- Gv nhận xét- khen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- HS tham gia chơi dưới sự điều khiển của GV</li> <li>- Tổ trọng tài tuyên bố đội thắng</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- GV hướng dẫn thả lỏng.</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>- GV nhận xét</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- HS thực hiện thả lỏng tích cực.( 2 lần 8N)</li> </ul> 
<p><b>4. Vận dụng (3 - 4p)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- GV nêu câu hỏi</li> <li>- Căn cứ vào câu trả lời của HS Gv chốt kiến thức</li> <li>- GV khen HS sau tiết học.</li> <li>- Hướng dẫn sử dụng sách giáo khoa</li> <li>- Chia sẻ kiến thức chung</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Gv hô " Giải tán" !</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- HS trả lời câu hỏi của GV</li> <li>- HS lắng nghe, nhận xét bạn</li> <li>- HS lắng nghe thực hiện</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>- HS lắng nghe</li> <li>- HS lắng nghe</li> </ul>  <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hs hô " Khỏe"!</li> </ul>

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU BÀI DẠY**

.....

.....

.....

.....





## TUẦN 16

### HOẠT ĐỘNG GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 4 CHỦ ĐỀ TƯ THỂ VÀ KỸ NĂNG VẬN ĐỘNG CƠ BẢN

#### BÀI 1: THĂNG BẰNG TĨNH (3 TIẾT)

##### Tiết 1: Thăng bằng một chân nâng gối trước – Trò chơi

### I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

#### 1. Về kiến thức

- Biết thực hiện động tác thăng bằng một chân nâng gối trước.

#### 2. Về năng lực

- Thực hiện được động tác thăng bằng một chân nâng gối trước.
- Biết quan sát tranh, ảnh, động tác mẫu của GV để tập luyện và tự sửa sai động tác.
- Biết điều khiển tổ nhóm tập luyện.

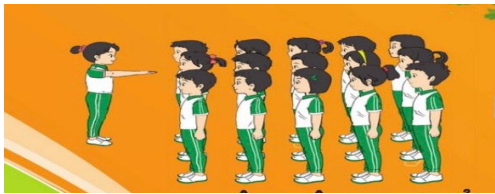
#### 3. Về phẩm chất

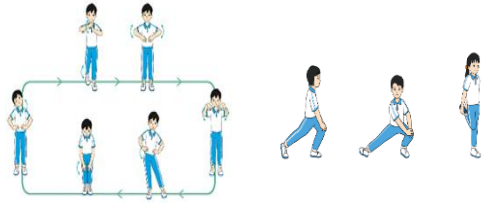
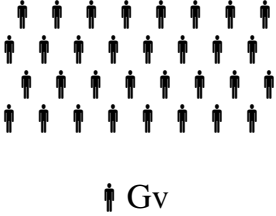
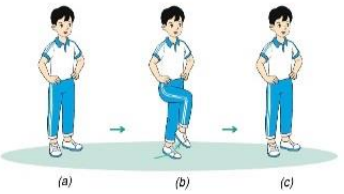
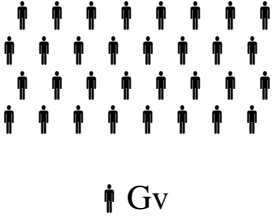
- Tự giác, tích cực và chăm chỉ trong tập luyện.


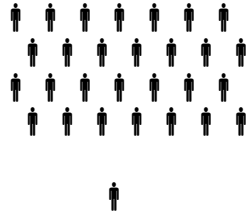
### II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

- Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh động tác, mắc cơ, còi, gậy.
- Học sinh chuẩn bị: Quần áo thể dục, giày thể thao hoặc dép có quai sau.

### III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Hoạt động của giáo viên	Hoạt động của học sinh
<p><b>1. Khởi động: 4-6'</b></p> <p><b>1.1. Nhận lớp.</b></p> <p>- Gv nhận lớp.</p> <p>- Thăm hỏi sức khỏe học sinh</p> <p>- Phổ biến nội dung, yêu cầu bài học.</p>	<p><i>Đội hình nhận lớp</i></p>  <p>- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số và tình hình lớp.</p> <p>- Học sinh lắng nghe</p>
<p><b>1.2. Khởi động chung.</b></p> <p>- Yêu cầu lớp trưởng lên điều khiển.</p>	<p>- Cán sự lớp điều khiển, cả lớp khởi động tích cực.</p> <p>+ Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...</p>

<p>- Gv theo dõi, sửa sai, nhận xét.</p>	<p>+ Kéo dẫn cơ</p> 
<p><b>1.3. Khởi động tâm thể.</b></p> <p>- Hát và vận động theo nhạc</p> <p>- Gv nhận xét</p>	<p>- HS tham gia tích cực, chủ động</p>  <p>- Hs lắng nghe</p>
<p><b>2. Hình thành kiến thức mới: 6-8'</b></p> <p><b>* Động tác thăng bằng một chân nâng gối trước</b></p> <p>- GV treo tranh, nêu yêu cầu</p>  <p>- GV nhận xét</p> <p>- GV làm mẫu phân tích động tác</p> <p>+ Lần 1: GV làm mẫu ĐT</p> <p>+ Lần 2: GV vừa làm mẫu vừa phân tích động tác</p> <p>- GV nêu những lỗi sai thường mắc và cách sửa sai động tác.</p>	<p>- HS quan sát tranh</p> <p>- Cá nhân</p> <p>- Nhóm 2</p> <p>- HS chia sẻ kết quả</p> <p>- HS dưới lớp quan sát nhận xét bạn</p> <p>- Hs quan sát GV làm mẫu, phân tích động tác.</p> <p>- HS lắng nghe</p>
<p><b>3. Luyện tập - thực hành (15-17')</b></p> <p>- Tập đồng loạt</p> <p>- Lần 1: GV điều khiển cả lớp tập</p> <p>- Lần 2: CSL điều khiển</p> <p>- GV quan sát giúp đỡ</p>	 <p>- HS tập luyện theo điều khiển của GV và CSL</p>

<p>- <b>Tập cá nhân</b></p> <p>- GV quan sát giúp đỡ</p>	<p>- Từng cá nhân tự thực hiện động tác theo vị trí phân công</p>
<p>- <b>Tập cặp đôi</b></p> <p>- GV quan sát giúp đỡ</p>	<p>- 2 Hs quay mặt vào nhau vừa điều khiển vừa tập luyện sửa sai cho nhau.</p>
<p>- <b>Tập luyện theo tổ nhóm</b></p> <p>- GV quan sát giúp đỡ, sửa sai</p>	<p>- HS các tổ di chuyển đội hình theo khu vực được phân chia.</p> <p>- Nhóm tổ HS thay phiên nhau hô; chú ý tự sửa sai và sửa sai cho bạn trong nhóm</p> <div style="text-align: center;"> <pre> x x x x x x x x x x           T1           x x           ▲           x x T3           T2       x x           x           x x           T4           x x x x x x x x x x </pre> </div>
<p>- <b>Thi đua tổ</b></p> <p>- GV nhận xét, tuyên dương.</p>	<p>- HS đại diện các tổ lên bốc thăm thi đua.</p> <p>- HS dưới lớp quan sát và bình chọn</p>
<p><b>*Trò chơi “Thăng bằng chuyên, bắt bóng” (3-5p)</b></p> <p>- Gv nêu tên trò chơi</p> <p>- GV hướng dẫn luật chơi, cách chơi</p> <p>- Nhắc HS đảm bảo an toàn trong khi chơi.</p> <p>- Gv nhận xét- khen</p> <div style="text-align: center;">  </div>	<p>- HS lắng nghe lựa chọn trò chơi</p> <p>- HS lắng nghe</p> <p>- Bầu cử tổ trọng tài</p> <p>- Cho HS chơi thử, sau đó chơi chính thức</p> <p>- HS tham gia chơi dưới sự điều khiển của GV</p> <p>- Tổ trọng tài tuyên bố đội thắng</p>
<p>- <b>GV hướng dẫn thả lỏng.</b></p> <p>- GV nhận xét</p>	<p>- HS thực hiện thả lỏng tích cực.( 2 lần 8N)</p> <div style="text-align: center;">  </div>

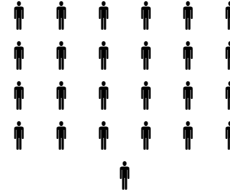
**4. Vận dụng (3 - 4p)**

- GV nêu câu hỏi
- Căn cứ vào câu trả lời của HS Gv chốt kiến thức
- GV khen HS sau tiết học.
- Hướng dẫn sử dụng sách giáo khoa
- Chia sẻ kiến thức chung

- Gv hô “ Giải tán” !

- HS trả lời câu hỏi của GV
- HS lắng nghe, nhận xét bạn
- HS lắng nghe thực hiện

- HS lắng nghe
- HS lắng nghe



- Hs hô “ Khỏe”!

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU BÀI DẠY**

.....

.....

.....

.....

## TUẦN 16

### HOẠT ĐỘNG GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 4 CHỦ ĐỀ TƯ THỂ VÀ KỸ NĂNG VẬN ĐỘNG CƠ BẢN

#### Bài 1 - Tiết 2: Sơ kết HK1 -

#### Thăng bằng một chân nâng gối trước – Trò chơi

### I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

#### 1. Về kiến thức

- Biết thực hiện động tác thăng bằng một chân nâng gối trước. Nhớ được các động tác đã học ở học kì I.

#### 2. Về năng lực

- Thực hiện được động tác thăng bằng một chân nâng gối trước và các động tác đã học ở học kì I.

- Biết quan sát tranh, ảnh, động tác mẫu của GV để tập luyện và tự sửa sai động tác.

- Biết điều khiển tổ nhóm tập luyện.

#### 3. Về phẩm chất


- Tự giác, tích cực và chăm chỉ trong tập luyện.

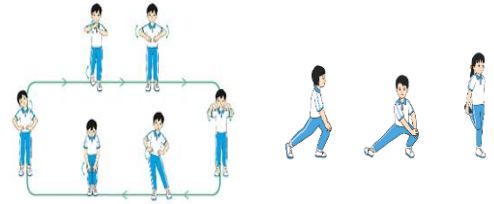
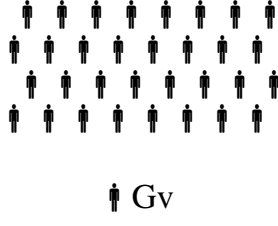
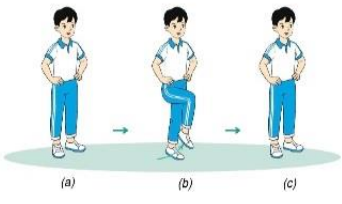
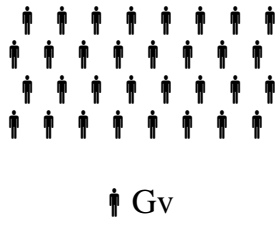
### II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC


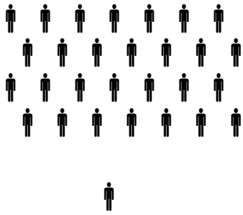
- Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh động tác, mắc cơ, còi, gậy.

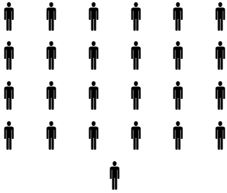
- Học sinh chuẩn bị: Quần áo thể dục, giày thể thao hoặc dép có quai sau.

### III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Hoạt động của giáo viên	Hoạt động của học sinh
<p><b>1. Khởi động: 4-6'</b></p> <p><b>1.1. Nhận lớp.</b></p> <p>- Gv nhận lớp.</p> <p>- Thăm hỏi sức khỏe học sinh</p> <p>- Phổ biến nội dung, yêu cầu bài học.</p>	<p><i>Đội hình nhận lớp</i></p>  <p>- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số và tình hình lớp.</p> <p>- Học sinh lắng nghe</p>
<p><b>1.2. Khởi động chung.</b></p> <p>- Yêu cầu lớp trưởng lên điều khiển.</p>	<p>- Cán sự lớp điều khiển, cả lớp khởi động tích cực.</p> <p>+ Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông,</p>

<p>- Gv theo dõi, sửa sai, nhận xét.</p>	<p>gõ,.. + Kéo dẫn cơ</p> 
<p><b>1.3. Khởi động tâm thể.</b> - Hát và vận động theo nhạc</p> <p>- Gv nhận xét</p>	<p>- HS tham gia tích cực, chủ động</p>  <p>- Hs lắng nghe</p>
<p><b>2. Hình thành kiến thức mới: 6-8'</b></p>	
<p><b>* Ôn động tác thăng bằng một chân nâng gối trước</b> - GV tên động tác, nêu yêu cầu</p>  <p>- GV nhận xét - GV nêu những lỗi sai thường mắc và cách sửa sai động tác.</p>	<p>- HS lắng nghe - HS xung phong thực hiện - HS dưới lớp quan sát nhận xét bạn</p> <p>- HS lắng nghe</p>
<p><b>3. Luyện tập - thực hành (15-17')</b> - <b>Tập đồng loạt</b> - Lần 1: GV điều khiển cả lớp tập - Lần 2: CSL điều khiển</p> <p>- GV quan sát giúp đỡ</p>	 <p>- HS tập luyện theo điều khiển của GV và CSL</p>
<p>- <b>Tập cá nhân</b> - GV quan sát giúp đỡ</p>	<p>- Từng cá nhân tự thực hiện động tác theo vị trí phân công</p>

<p>- <b>Tập cặp đôi</b></p> <p>- GV quan sát giúp đỡ</p>	<p>- 2 Hs quay mặt vào nhau vừa điều khiển vừa tập luyện sửa sai cho nhau.</p>
<p>- <b>Tập luyện theo tổ nhóm</b></p> <p>- GV quan sát giúp đỡ, sửa sai</p>	<p>- HS các tổ di chuyển đội hình theo khu vực được phân chia.</p> <p>- Nhóm tổ HS thay phiên nhau hô; chú ý tự sửa sai và sửa sai cho bạn trong nhóm</p> <div style="text-align: center;"> <pre> x x x x x x x x x x x           T1           x x           ▲           x x T3           T2       x x           T4           x x           x x x x x x x x x x </pre> </div>
<p>- <b>Thi đua tổ</b></p> <p>- GV nhận xét, tuyên dương.</p>	<p>- HS đại diện các tổ lên bốc thăm thi đua.</p> <p>- HS dưới lớp quan sát và bình chọn</p>
<p><b>*Trò chơi “Thăng bằng chuyên, bắt bóng” (3-5p)</b></p> <p>- Gv nêu tên trò chơi</p> <p>- GV hướng dẫn luật chơi, cách chơi</p> <p>- Nhắc HS đảm bảo an toàn trong khi chơi.</p> <div style="text-align: center;">  </div> <p>- Gv nhận xét- khen</p>	<p>- HS lắng nghe lựa chọn trò chơi</p> <p>- HS lắng nghe</p> <p>- Bầu cử tổ trọng tài</p> <p>- Cho HS chơi thử, sau đó chơi chính thức</p> <p>- HS tham gia chơi dưới sự điều khiển của GV</p> <p>- Tổ trọng tài tuyên bố đội thắng</p>
<p>- <b>GV hướng dẫn thả lỏng.</b></p> <p>- GV nhận xét</p>	<p>- HS thực hiện thả lỏng tích cực.( 2 lần 8N)</p> <div style="text-align: center;">  </div>
<p><b>4. Vận dụng (3 - 4p)</b></p> <p>- GV nêu câu hỏi</p>	<p>- HS trả lời câu hỏi của GV</p> <p>- HS lắng nghe, nhận xét bạn</p>

<ul style="list-style-type: none"> <li>- Căn cứ vào câu trả lời của HS Gv chốt kiến thức</li> <li>- GV khen HS sau tiết học.</li> <li>- Hướng dẫn sử dụng sách giáo khoa</li> <li>- Gv yêu cầu HS nhắc lại những nội dung đã học ở HKI</li> </ul> <p style="text-align: center;">- Gv hô “ Giải tán” !</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- HS lắng nghe thực hiện</li> <li>- HS lắng nghe</li> <li>- HS lắng nghe và ghi nhớ</li> </ul> <div style="text-align: center;">  </div> <p style="text-align: center;">- Hs hô “ Khỏe”!</p>
--	--

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU BÀI DẠY**

.....

.....

.....

.....



## TUẦN 17

### HOẠT ĐỘNG GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 4 CHỦ ĐỀ TƯ THỂ VÀ KỸ NĂNG VẬN ĐỘNG CƠ BẢN

#### BÀI 1: THĂNG BẰNG TĨNH (3 TIẾT)

##### Tiết 3: Thăng bằng trước – Trò chơi

### I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

#### 1. Về kiến thức

- Biết thực hiện động tác thăng bằng một chân nâng gối trước và thăng bằng trước.

#### 2. Về năng lực

- Thực hiện được động tác thăng bằng một chân nâng gối trước và thăng bằng trước.

- Biết quan sát tranh, ảnh, động tác mẫu của GV để tập luyện và tự sửa sai động tác.

- Biết điều khiển tổ nhóm tập luyện.

#### 3. Về phẩm chất

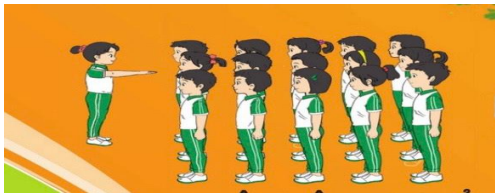
- Tự giác, tích cực và chăm chỉ trong tập luyện.

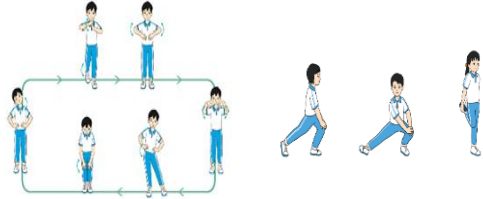
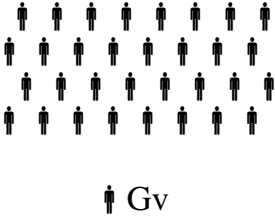
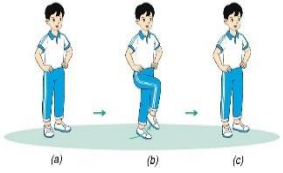
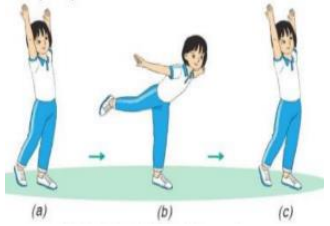
### II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

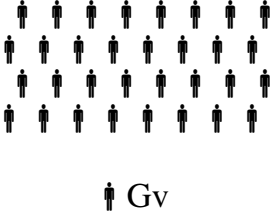
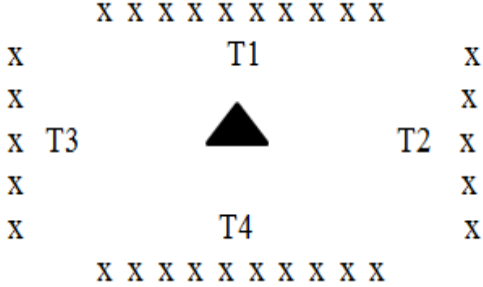
- Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh động tác, mắc cơ, còi, gậy.






- Học sinh chuẩn bị: Quần áo thể dục, giày thể thao hoặc dép có quai sau.

### III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Hoạt động của giáo viên	Hoạt động của học sinh
<p><b>1. Khởi động: 4-6'</b></p> <p><b>1.1. Nhận lớp.</b></p>	<p><i>Đội hình nhận lớp</i></p>  <p>- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số và tình hình lớp.</p> <p>- Học sinh lắng nghe</p>
<p>- Gv nhận lớp.</p> <p>- Thăm hỏi sức khỏe học sinh</p> <p>- Phổ biến nội dung, yêu cầu bài học.</p>	<p>- Cán sự lớp điều khiển, cả lớp khởi động tích cực.</p> <p>+ Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...</p>
<p><b>1.2. Khởi động chung.</b></p> <p>- Yêu cầu lớp trưởng lên điều khiển.</p>	

<p>- Gv theo dõi, sửa sai, nhận xét.</p>	<p>+ Kéo dẫn cơ</p> 
<p><b>1.3. Khởi động tâm thể.</b></p> <p>- Hát và vận động theo nhạc</p> <p>- Gv nhận xét</p>	<p>- HS tham gia tích cực, chủ động</p>  <p>- Hs lắng nghe</p>
<p><b>2. Hình thành kiến thức mới: 6-8'</b></p>	
<p><b>* Ôn động tác thăng bằng một chân nâng gối trước</b></p> <p>- GV nêu tên động tác, nêu yêu cầu</p> <p>- GV nhận xét</p> <p>- Triển khai đội hình tập luyện</p>  <p><b>* Học động tác thăng bằng trước</b></p> <p>- GV treo tranh, nêu yêu cầu</p>  <p>- GV nhận xét</p> <p>- GV làm mẫu phân tích động tác</p> <p>+ Lần 1: GV làm mẫu ĐT</p> <p>+ Lần 2: GV vừa làm mẫu vừa phân tích động tác</p> <p>- GV nêu những lỗi sai thường mắc và cách sửa sai động tác.</p>	<p>- HS lắng nghe xung phong lên thực hiện động tác đã đã học</p> <p>- HS dưới lớp quan sát nhận xét</p> <p>- HS tập luyện dưới sự điều khiển của Gv và CSL</p> <p>- HS quan sát tranh</p> <p>- Cá nhân</p> <p>- Nhóm 2</p> <p>- HS chia sẻ kết quả</p> <p>- HS dưới lớp quan sát nhận xét bạn</p> <p>- Hs quan sát GV làm mẫu, phân tích động tác.</p> <p>- HS lắng nghe</p>

<p><b>3. Luyện tập - thực hành (15-17')</b></p> <p><b>- Tập đồng loạt</b></p> <p>- Lần 1: GV điều khiển cả lớp tập</p> <p>- Lần 2: CSL điều khiển</p> <p>- GV quan sát giúp đỡ</p>	<div style="text-align: center;">  </div> <p>- HS tập luyện theo điều khiển của GV và CSL</p>
<p><b>- Tập cá nhân</b></p> <p>- GV quan sát giúp đỡ</p>	<p>- Từng cá nhân tự thực hiện động tác theo vị trí phân công</p>
<p><b>- Tập cặp đôi</b></p> <p>- GV quan sát giúp đỡ</p>	<p>- 2 Hs quay mặt vào nhau vừa điều khiển vừa tập luyện sửa sai cho nhau.</p>
<p><b>- Tập luyện theo tổ nhóm</b></p> <p>- GV quan sát giúp đỡ, sửa sai</p>	<p>- HS các tổ di chuyển đội hình theo khu vực được phân chia.</p> <p>- Nhóm tổ HS thay phiên nhau hô; chú ý tự sửa sai và sửa sai cho bạn trong nhóm</p> <div style="text-align: center;">  </div>
<p><b>- Thi đua tổ</b></p> <p>- GV nhận xét, tuyên dương.</p>	<p>- HS đại diện các tổ lên bốc thăm thi đua.</p> <p>- HS dưới lớp quan sát và bình chọn</p>
<p><b>*Trò chơi “Thăng bằng chuyên, bắt bóng” (3-5p)</b></p> <p>- Gv nêu tên trò chơi</p> <p>- GV hướng dẫn luật chơi, cách chơi</p> <p>- Nhắc HS đảm bảo an toàn trong khi chơi.</p>	<p>- HS lắng nghe lựa chọn trò chơi</p> <p>- HS lắng nghe</p> <p>- Bầu cử tổ trọng tài</p> <p>- Cho HS chơi thử, sau đó chơi chính thức</p> <p>- HS tham gia chơi dưới sự điều khiển của GV</p> <p>- Tổ trọng tài tuyên bố đội thắng</p>

<p>- Gv nhận xét- khen</p> 	
<p>- GV hướng dẫn thả lỏng.</p> <p>- GV nhận xét</p>	<p>- HS thực hiện thả lỏng tích cực.( 2 lần 8N)</p>  
<p><b>4. Vận dụng (3 - 4p)</b></p> <p>- GV nêu câu hỏi</p> <p>- Căn cứ vào câu trả lời của HS Gv chốt kiến thức</p> <p>- GV khen HS sau tiết học.</p> <p>- Hướng dẫn sử dụng sách giáo khoa</p> <p>- Chia sẻ kiến thức chung</p> <p>- Gv hô “ Giải tán” !</p>	<p>- HS trả lời câu hỏi của GV</p> <p>- HS lắng nghe, nhận xét bạn</p> <p>- HS lắng nghe thực hiện</p> <p>- HS lắng nghe</p> <p>- HS lắng nghe</p>   <p>- Hs hô “ Khỏe”!</p>

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU BÀI DẠY**

.....

.....

.....

.....

## TUẦN 17

### HOẠT ĐỘNG GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 4 CHỦ ĐỀ TƯ THỂ VÀ KỸ NĂNG VẬN ĐỘNG CƠ BẢN

#### BÀI 2: THĂNG BẰNG ĐỘNG ( 3 TIẾT)

##### Tiết 1: Thăng bằng một chân co, duỗi gối – Trò chơi

### I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

#### 1. Về kiến thức

- Biết thực hiện động tác thăng bằng một chân co, duỗi gối.

#### 2. Về năng lực

- Thực hiện được động tác thăng bằng một chân co, duỗi gối.
- Biết quan sát tranh, ảnh, động tác mẫu của GV để tập luyện và tự sửa sai động tác.
- Biết điều khiển tổ nhóm tập luyện.

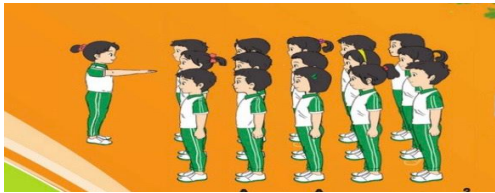
#### 3. Về phẩm chất

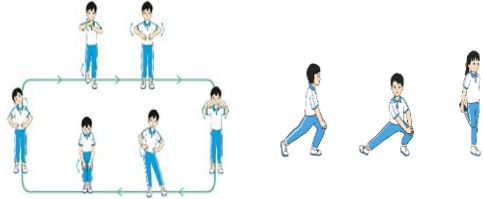
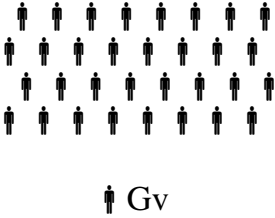
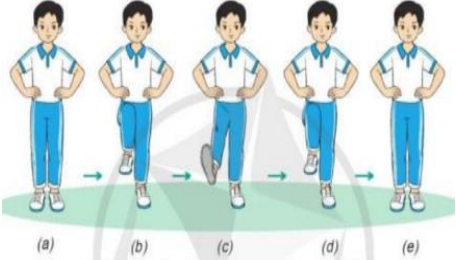
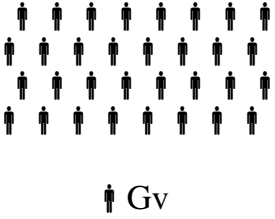
- Tự giác, tích cực và chăm chỉ trong tập luyện.


### II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

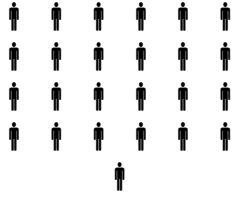
- Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh động tác, mắc cơ, còi, gậy.
- Học sinh chuẩn bị: Quần áo thể dục, giày thể thao hoặc dép có quai sau.

### III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Hoạt động của giáo viên	Hoạt động của học sinh
<p><b>1. Khởi động: 4-6'</b></p> <p><b>1.1. Nhận lớp.</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Gv nhận lớp.</li><li>- Thăm hỏi sức khỏe học sinh</li><li>- Phổ biến nội dung, yêu cầu bài học.</li></ul>	<p><i>Đội hình nhận lớp</i></p>  <ul style="list-style-type: none"><li>- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số và tình hình lớp.</li><li>- Học sinh lắng nghe</li></ul>
<p><b>1.2. Khởi động chung.</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Yêu cầu lớp trưởng lên điều khiển.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Cán sự lớp điều khiển, cả lớp khởi động tích cực.</li><li>+ Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...</li></ul>

<p>- Gv theo dõi, sửa sai, nhận xét.</p>	<p>+ Kéo dẫn cơ</p> 
<p><b>1.3. Khởi động tâm thể.</b></p> <p>- Hát và vận động theo nhạc</p> <p>- Gv nhận xét</p>	<p>- HS tham gia tích cực, chủ động</p>  <p>- Hs lắng nghe</p>
<p><b>2. Hình thành kiến thức mới: 6-8'</b></p>	
<p><b>* Động tác thăng bằng một chân co, duỗi gối.</b></p> <p>- GV treo tranh, nêu yêu cầu</p>  <p>- GV nhận xét</p> <p>- GV làm mẫu phân tích động tác</p> <p>+ Lần 1: GV làm mẫu ĐT</p> <p>+ Lần 2: GV vừa làm mẫu vừa phân tích động tác</p> <p>- GV nêu những lỗi sai thường mắc và cách sửa sai động tác.</p>	<p>- HS quan sát tranh</p> <p>- Cá nhân</p> <p>- Nhóm 2</p> <p>- HS chia sẻ kết quả</p> <p>- HS dưới lớp quan sát nhận xét bạn</p> <p>- Hs quan sát GV làm mẫu, phân tích động tác.</p> <p>- HS lắng nghe</p>
<p><b>3. Luyện tập - thực hành (15-17')</b></p> <p>- Tập đồng loạt</p> <p>- Lần 1: GV điều khiển cả lớp tập</p> <p>- Lần 2: CSL điều khiển</p> <p>- GV quan sát giúp đỡ</p>	 <p>- HS tập luyện theo điều khiển của GV và CSL</p>

<p>- <b>Tập cá nhân</b></p> <p>- GV quan sát giúp đỡ</p>	<p>- Từng cá nhân tự thực hiện động tác theo vị trí phân công</p>
<p>- <b>Tập cặp đôi</b></p> <p>- GV quan sát giúp đỡ</p>	<p>- 2 Hs quay mặt vào nhau vừa điều khiển vừa tập luyện sửa sai cho nhau.</p>
<p>- <b>Tập luyện theo tổ nhóm</b></p> <p>- GV quan sát giúp đỡ, sửa sai</p>	<p>- HS các tổ di chuyển đội hình theo khu vực được phân chia.</p> <p>- Nhóm tổ HS thay phiên nhau hô; chú ý tự sửa sai và sửa sai cho bạn trong nhóm</p> <pre style="text-align: center;"> x x x x x x x x x x           T1           x x           ▲           x x T3           T2       x x           ▲           x x           T4           x x x x x x x x x x </pre>
<p>- <b>Thi đua tổ</b></p> <p>- GV nhận xét, tuyên dương.</p>	<p>- HS đại diện các tổ lên bốc thăm thi đua.</p> <p>- HS dưới lớp quan sát và bình chọn</p>
<p><b>*Trò chơi “Làm theo hiệu lệnh” (3-5p)</b></p> <p>- Gv nêu tên trò chơi</p> <p>- GV hướng dẫn luật chơi, cách chơi</p> <p>- Nhắc HS đảm bảo an toàn trong khi chơi.</p>  <p>- Gv nhận xét- khen</p>	<p>- HS lắng nghe lựa chọn trò chơi</p> <p>- HS lắng nghe</p> <p>- Bầu cử tổ trọng tài</p> <p>- Cho HS chơi thử, sau đó chơi chính thức</p> <p>- HS tham gia chơi dưới sự điều khiển của GV</p> <p>- Tổ trọng tài tuyên bố đội thắng</p>
<p>- <b>GV hướng dẫn thả lỏng.</b></p> <p>- GV nhận xét</p>	<p>- HS thực hiện thả lỏng tích cực.( 2 lần 8N)</p> <pre style="text-align: center;">   ♀ ♀ ♀ ♀ ♀ ♀ ♀ ♀   ♀ ♀ ♀ ♀ ♀ ♀ ♀ ♀   ♀ ♀ ♀ ♀ ♀ ♀ ♀ ♀   ♀  </pre>
<p><b>4. Vận dụng (3 - 4p)</b></p> <p>- GV nêu câu hỏi</p>	<p>- HS trả lời câu hỏi của GV</p>

<ul style="list-style-type: none"> <li>- Căn cứ vào câu trả lời của HS Gv chốt kiến thức</li> <li>- GV khen HS sau tiết học.</li> <li>- Hướng dẫn sử dụng sách giáo khoa</li> <li>- Chia sẻ kiến thức chung</li> </ul> <p>- Gv hô “ Giải tán” !</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- HS lắng nghe, nhận xét bạn</li> <li>- HS lắng nghe thực hiện</li>   <li>- HS lắng nghe</li> <li>- HS lắng nghe</li> </ul> <div style="text-align: center;">  </div> <p>- Hs hô “ Khỏe”!</p>
---	---

#### IV. ĐIỀU CHỈNH SAU BÀI DẠY

.....

.....

.....

.....



## TUẦN 18

### HOẠT ĐỘNG GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 4 CHỦ ĐỀ TƯ THỂ VÀ KỸ NĂNG VẬN ĐỘNG CƠ BẢN

#### BÀI 2: THĂNG BẰNG ĐỘNG ( 3 TIẾT)

Tiết 2: Ôn động tác thăng bằng một chân co, duỗi gối – Trò chơi

#### I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

##### 1. Về kiến thức

- Biết thực hiện động tác thăng bằng một chân co, duỗi gối.

##### 2. Về năng lực

- Thực hiện được động tác thăng bằng một chân co, duỗi gối.

- Biết quan sát tranh, ảnh, động tác mẫu của GV để tập luyện và tự sửa sai động tác.

- Biết điều khiển tổ nhóm tập luyện.

##### 3. Về phẩm chất

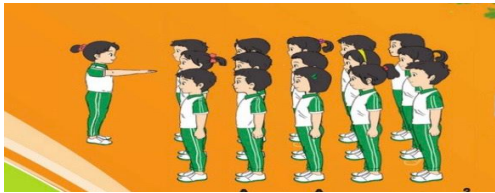
- Tự giác, tích cực và chăm chỉ trong tập luyện.

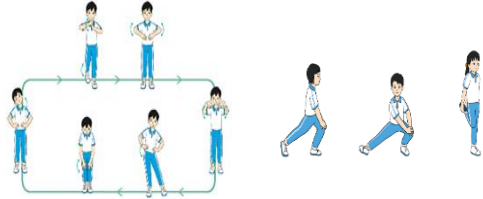
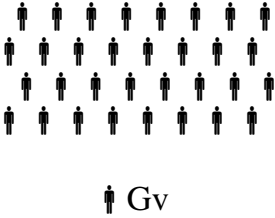
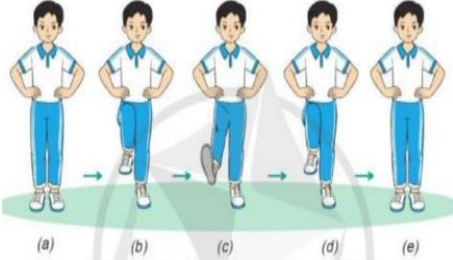
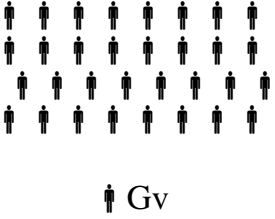
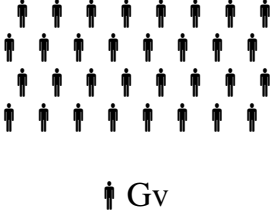
#### II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC


- Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh động tác, mắc cơ, còi, gậy.

- Học sinh chuẩn bị: Quần áo thể dục, giày thể thao hoặc dép có quai sau.

#### III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

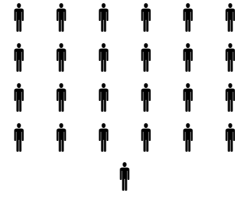
Hoạt động của giáo viên	Hoạt động của học sinh
<p><b>1. Khởi động: 4-6'</b></p> <p><b>1.1. Nhận lớp.</b></p> <p>- Gv nhận lớp.</p> <p>- Thăm hỏi sức khỏe học sinh</p> <p>- Phổ biến nội dung, yêu cầu bài học.</p>	<p><i>Đội hình nhận lớp</i></p>  <p>- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số và tình hình lớp.</p> <p>- Học sinh lắng nghe</p>
<p><b>1.2. Khởi động chung.</b></p> <p>- Yêu cầu lớp trưởng lên điều khiển.</p>	<p>- Cán sự lớp điều khiển, cả lớp khởi động tích cực.</p> <p>+ Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...</p>

<p>- Gv theo dõi, sửa sai, nhận xét.</p>	<p>+ Kéo dẫn cơ</p> 
<p><b>1.3. Khởi động tâm thể.</b></p> <p>- Hát và vận động theo nhạc</p> <p>- Gv nhận xét</p>	<p>- HS tham gia tích cực, chủ động</p>  <p>- Hs lắng nghe</p>
<p><b>2. Hình thành kiến thức mới: 6-8'</b></p>	
<p><b>* Ôn động tác thăng bằng một chân co, duỗi gối</b></p> <p>- GV tên động tác, nêu yêu cầu</p>  <p>- GV nhận xét</p> <p>- GV nêu những lỗi sai thường mắc và cách sửa sai động tác.</p>	<p>- HS lắng nghe</p> <p>- HS xung phong thực hiện</p> <p>- HS dưới lớp quan sát nhận xét bạn</p>  <p>- HS lắng nghe</p>
<p><b>3. Luyện tập - thực hành (15-17')</b></p> <p>- <b>Tập đồng loạt</b></p> <p>- Lần 1: GV điều khiển cả lớp tập</p> <p>- Lần 2: CSL điều khiển</p> <p>- GV quan sát giúp đỡ</p>	 <p>- HS tập luyện theo điều khiển của GV và CSL</p>
<p>- <b>Tập cá nhân</b></p> <p>- GV quan sát giúp đỡ</p>	<p>- Từng cá nhân tự thực hiện động tác theo vị trí phân công</p>

<p>- <b>Tập cặp đôi</b></p> <p>- GV quan sát giúp đỡ</p>	<p>- 2 Hs quay mặt vào nhau vừa điều khiển vừa tập luyện sửa sai cho nhau.</p>
<p>- <b>Tập luyện theo tổ nhóm</b></p> <p>- GV quan sát giúp đỡ, sửa sai</p>	<p>- HS các tổ di chuyển đội hình theo khu vực được phân chia.</p> <p>- Nhóm tổ HS thay phiên nhau hô; chú ý tự sửa sai và sửa sai cho bạn trong nhóm</p> <pre style="text-align: center;"> x x x x x x x x x x           T1           x x           ▲           x x T3           T2       x x           T4           x x           x x x x x x x x x </pre>
<p>- <b>Thi đua tổ</b></p> <p>- GV nhận xét, tuyên dương.</p>	<p>- HS đại diện các tổ lên bốc thăm thi đua.</p> <p>- HS dưới lớp quan sát và bình chọn</p>
<p><b>*Trò chơi “Làm theo hiệu lệnh” (3-5p)</b></p> <p>- Gv nêu tên trò chơi</p> <p>- GV hướng dẫn luật chơi, cách chơi</p> <p>- Nhắc HS đảm bảo an toàn trong khi chơi.</p>  <p>- Gv nhận xét- khen</p>	<p>- HS lắng nghe lựa chọn trò chơi</p> <p>- HS lắng nghe</p> <p>- Bầu cử tổ trọng tài</p> <p>- Cho HS chơi thử, sau đó chơi chính thức</p> <p>- HS tham gia chơi dưới sự điều khiển của GV</p> <p>- Tổ trọng tài tuyên bố đội thắng</p>
<p>- <b>GV hướng dẫn thả lỏng.</b></p> <p>- GV nhận xét</p>	<p>- HS thực hiện thả lỏng tích cực.( 2 lần 8N)</p> <pre style="text-align: center;"> ♣ </pre>
<p><b>4. Vận dụng (3 - 4p)</b></p> <p>- GV nêu câu hỏi</p> <p>- Căn cứ vào câu trả lời của HS Gv chốt kiến thức</p>	<p>- HS trả lời câu hỏi của GV</p> <p>- HS lắng nghe, nhận xét bạn</p> <p>- HS lắng nghe thực hiện</p>

- GV khen HS sau tiết học.
- Hướng dẫn sử dụng sách giáo khoa
- Chia sẻ kiến thức chung

- HS lắng nghe
- HS lắng nghe



- Gv hô “ Giải tán” !

- Hs hô “ Khỏe”!

#### IV. ĐIỀU CHỈNH SAU BÀI DẠY

.....

.....

.....

.....

## TUẦN 18

### HOẠT ĐỘNG GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 4 CHỦ ĐỀ TƯ THỂ VÀ KỸ NĂNG VẬN ĐỘNG CƠ BẢN

#### BÀI 3: THĂNG BẰNG ĐỘNG ( 3 TIẾT)

#### Tiết 3: Thăng bằng một chân cúi chạm vật chuẩn – Trò chơi

### I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

#### 1. Về kiến thức

- Biết thực hiện động tác thăng bằng một chân co, duỗi gối, thăng bằng một chân cúi chạm vật chuẩn.

#### 2. Về năng lực

- Thực hiện được động tác thăng bằng một chân co, duỗi gối, thăng bằng một chân cúi chạm vật chuẩn.

- Biết quan sát tranh, ảnh, động tác mẫu của GV để tập luyện và tự sửa sai động tác.

- Biết điều khiển tổ nhóm tập luyện.

#### 3. Về phẩm chất

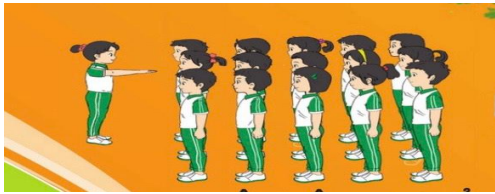
- Tự giác, tích cực và chăm chỉ trong tập luyện.

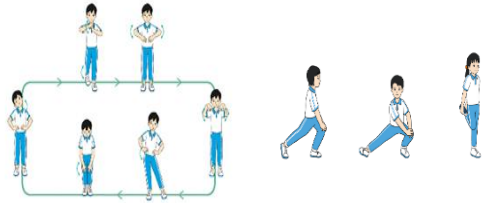
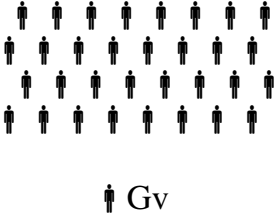
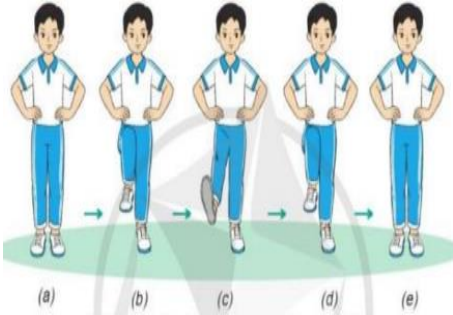
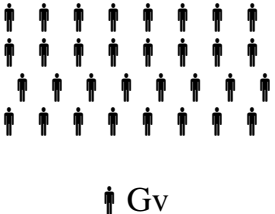
### II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

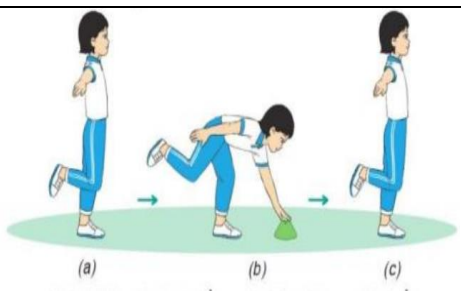
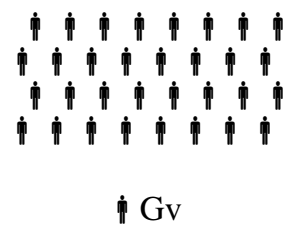
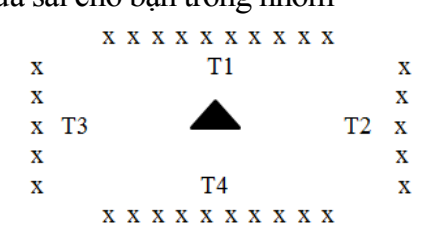
- Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh động tác, mắc cơ, còi, gậy.

- Học sinh chuẩn bị: Quần áo thể dục, giày thể thao hoặc dép có quai sau.

### III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

Hoạt động của giáo viên	Hoạt động của học sinh
<p><b>1. Khởi động: 4-6'</b></p> <p><b>1.1. Nhận lớp.</b></p>	<p><i>Đội hình nhận lớp</i></p>  <p>- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số và tình hình lớp.</p> <p>- Học sinh lắng nghe</p>
<p><b>1.2. Khởi động chung.</b></p>	<p>- Cán sự lớp điều khiển, cả lớp khởi động tích cực.</p>

<p>- Gv theo dõi, sửa sai, nhận xét.</p>	<p>+ Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,..</p> <p>+ Kéo giãn cơ</p> 
<p><b>1.3. Khởi động tâm thể.</b></p> <p>- Hát và vận động theo nhạc</p> <p>- Gv nhận xét</p>	<p>- HS tham gia tích cực, chủ động</p>  <p>† Gv</p> <p>- Hs lắng nghe</p>
<p><b>2. Hình thành kiến thức mới: 6-8'</b></p>	
<p><b>* Ôn động tác thẳng bằng một chân co, duỗi gối</b></p> <p>- GV tên động tác, nêu yêu cầu</p>  <p>(a) (b) (c) (d) (e)</p> <p>- GV nhận xét</p> <p>- GV nêu những lỗi sai thường mắc và cách sửa sai động tác.</p> <p>- Triển khai đội hình tập luyện</p> <p><b>* Thẳng bằng một chân cúi chạm vật chuẩn.</b></p> <p>- GV treo tranh, nêu yêu cầu</p>	<p>- HS lắng nghe</p> <p>- HS xung phong thực hiện</p> <p>- HS dưới lớp quan sát nhận xét bạn</p>  <p>† Gv</p> <p>- HS lắng nghe</p> <p>- HS tập luyện dưới sự điều khiển của Gv và CSL</p> <p>- HS quan sát tranh</p> <p>- Cá nhân</p> <p>- Nhóm 2</p> <p>- HS chia sẻ kết quả</p> <p>- HS dưới lớp quan sát nhận xét bạn</p>

 <p>(a) (b) (c)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- GV nhận xét</li> <li>- GV làm mẫu phân tích động tác</li> <li>+ Lần 1: GV làm mẫu ĐT</li> <li>+ Lần 2: GV vừa làm mẫu vừa phân tích động tác</li> <li>- GV nêu những lỗi sai thường mắc và cách sửa sai động tác.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Hs quan sát GV làm mẫu, phân tích động tác.</li> <li>- HS lắng nghe</li> </ul>
<p><b>3. Luyện tập - thực hành (15-17')</b></p> <p><b>- Tập đồng loạt</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Lần 1: GV điều khiển cả lớp tập</li> <li>- Lần 2: CSL điều khiển</li> </ul>	 <p>† Gv</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- GV quan sát giúp đỡ</li> <li>- HS tập luyện theo điều khiển của GV và CSL</li> </ul>
<p><b>- Tập cá nhân</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- GV quan sát giúp đỡ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Từng cá nhân tự thực hiện động tác theo vị trí phân công</li> </ul>
<p><b>- Tập cặp đôi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- GV quan sát giúp đỡ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 2 Hs quay mặt vào nhau vừa điều khiển vừa tập luyện sửa sai cho nhau.</li> </ul>
<p><b>- Tập luyện theo tổ nhóm</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- GV quan sát giúp đỡ, sửa sai</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- HS các tổ di chuyển đội hình theo khu vực được phân chia.</li> <li>- Nhóm tổ HS thay phiên nhau hô; chú ý tự sửa sai và sửa sai cho bạn trong nhóm</li> </ul> 
<p><b>- Thi đua tổ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- GV nhận xét, tuyên dương.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- HS đại diện các tổ lên bốc thăm thi đua.</li> <li>- HS dưới lớp quan sát và bình chọn</li> </ul>

**\*Trò chơi “Làm theo hiệu lệnh” (3-5p)**

- Gv nêu tên trò chơi
- GV hướng dẫn luật chơi, cách chơi
- Nhắc HS đảm bảo an toàn trong khi chơi.



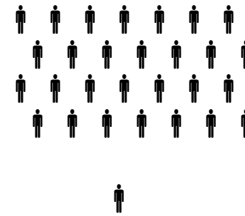
- Gv nhận xét- khen

- HS lắng nghe lựa chọn trò chơi
- HS lắng nghe
- Bầu cử tổ trọng tài
- Cho HS chơi thử, sau đó chơi chính thức
- HS tham gia chơi dưới sự điều khiển của GV
- Tổ trọng tài tuyên bố đội thắng

**- GV hướng dẫn thả lỏng.**

- GV nhận xét

- HS thực hiện thả lỏng tích cực.( 2 lần 8N)



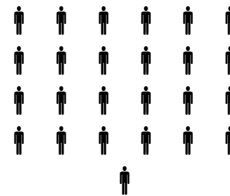
**4. Vận dụng (3 - 4p)**

- GV nêu câu hỏi
- Căn cứ vào câu trả lời của HS Gv chốt kiến thức
- GV khen HS sau tiết học.
- Hướng dẫn sử dụng sách giáo khoa
- Chia sẻ kiến thức chung

- Gv hô “ Giải tán” !

- HS trả lời câu hỏi của GV
- HS lắng nghe, nhận xét bạn
- HS lắng nghe thực hiện

- HS lắng nghe
- HS lắng nghe



- Hs hô “ Khỏe”!

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU BÀI DẠY**

.....

.....

.....

.....