**TUẦN 12**

**HOẠT ĐỘNG GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 1**

**CHỦ ĐỀ 2: BÀI THỂ DỤC**

|  |
| --- |
| **BÀI 9: ĐỘNG TÁC LƯNG BỤNG - TRÒ CHƠI (TIẾT 24 - KHDH)** |

***Thời gian thực hiện: Từ ngày tháng năm***

**I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT**

- Biết thực hiện vệ sinh sân tập, chuẩn bị dụng cụ trước tập luyện.

- Biết quan sát tranh ảnh và động tác mẫu của giáo viên để tập luyện.

- Biết hô nhịp và cách tập động tác lưng bụng.

- Tham gia tích cực các trò chơi vận động.

- Hoàn thành lượng vận động của bài tập.

- Nghiêm túc, tích cực trong hoạt động tập luyện và hoạt động tập thể.

- Hình thành và phát triển các năng lực tự chủ tự học: biết sưu tầm tranh ảnh phục vụ bài học

- Hình thành và phát triển năng lực giao tiếp và hợp tác: biết trao đổi, hợp tác trong nhóm, để thực hiện động tác trong bài và trò chơi.

**II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC**

+ Giáo viên chuẩn bị: Còi, tranh động tác, loa phát nhạc, marker phục vụ trò chơi.

+ Học sinh chuẩn bị: Trang phục thể thao, giày thể thao.

**III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU:**

|  |  |
| --- | --- |
| **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **I. Hoạt động khởi động (5-7p)****1. Nhận lớp**- Tập trung lớp theo đội hình hàng ngang.- Giáo viên nhận lớp, kiểm tra sĩ số, trang phục, hỏi thăm sức khỏe HS, - Phổ biến nội dung, yêu cầu bài học.**1.2. Khởi động**- GV yêu cầu BCS cho lớp khởi động.- Gv nhận xét**1.3**. **Khởi động tâm thế**- GV điều khiển cho học sinh thực hiện vận động theo nhạc.- Gv nhận xét chuyển ý giới thiệu bài mới. | - Cán sự điểm số, báo cáo sĩ số tình hình lớp học cho giáo viên🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹 🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹Gv- HS lắng nghe, nhắc lại tên bài- Cán sự lớp điều khiển cho cả lớp khởi động. + Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,..+ Ép dọc, ép ngang...C:\Users\admin\Desktop\hình ảnh sách gdtc4\khởi động.png- HS hát và thực hiện các động tác vận động.*Đội hình khởi động tâm thế (1 lần)*🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹🚹 |
| **II. Hình thành kiến thức: (6-8p)****\* Ôn lại động tác vươn thở, tay, chân, vặn mình.****- GV nêu y/c****- Gv nhận xét****- Triển khai đội hình tập luyện****- Lần 1: Gv hô nhịp****- Gv quan sát giúp đỡ sửa sai****- GV nhận xét khen****\* Học động tác lưng bụng.****ĐỘNG TÁC BỤNG**- Gv nêu tên động tác- Lần 1: GV làm mẫu động tác- Lần 2: GV vừa làm mẫu vừa phân tích động tác.- GV quan sát nhận xét.- Nêu những lưu ý và sai lầm thường mắc phải.  | - 2 HS lên thực hiện lại động tác- HS quan sát nhận xét bạn- HS ôn lại động tác vươn thở, tay, chân - Lần 2: CSL hô nhịp- HS quan sát tranh- Lắng nghe🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹🚹- Hs quan sát- 1-2 Hs xung phong lên thực hiện động tác- Hs nhận xét bạn thực hiện- HS lắng nghe |
| **III. Luyện tập- thực hành (13-15p)****\* Tập đồng loạt**- GV điều khiển cho lớp luyện tập.- GV quan sát, sửa sai, nhận xét. | 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹🚹- HS cả lớp tập dưới sự điều khiển của GV (1 lần)- HS điều khiển cho lớp tập. (1 lần) |
| **\* Tập theo tổ**- Y/c 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.  **\* Tập cá nhân**- GV quan sát, hướng dẫn và sửa sai cho HS**\* Tập nhóm đôi**- GV quan sát, hướng dẫn và sửa sai cho HS- GV nhận xét- GV tổ chức đại diện tổ lên thi đua - GV nhận xét, tuyên dương. | - HS các tổ di chuyển đội hình theo khu vực được phân chia.- HS các tổ tự luyện tập tổ trưởng điều khiển chú ý tự sửa sai và sửa sai cho bạn trong nhóm- Từng cá nhân tự thực hiện theo yêu cầu của Gv - 2 Hs quay mặt vào nhau vừa điều khiển vừa tập luyện sửa sai cho nhau.- Lớp trưởng điều khiển các tổ trưởng báo cáo kết quả tập luyện của tổ mình- HS đại diện các tổ lên thi đua. - HS dưới lớp quan sát và bình chọn |
| **\* Trò chơi “ Lò cò tiếp sức” (3-5p)****- Gv nêu tên trò chơi****- Hướng dẫn luật chơi, cách chơi****- Nhắc HS đảm bảo an toàn trong khi chơi****- Cho HS chơi thử, sau đó chơi chính thức**- Gv nhận xét- khen | - HS lắng ngheC:\Users\admin\Downloads\image (97).png- Quan sát bạn làm mẫu- HS tham gia chơi dưới sự điều khiển của GV |
| **- GV hướng dẫn thả lỏng.** | - HS thực hiện thả lỏng tích cực.( 2 lần 8N)🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹 🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹 🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹 🚹 |
| **IV. Vận dụng** (**2-3’)**? Quan sát hình sau, cho biết hình nào thể hiện nhịp 2 và nhịp 6 của động tác Lưng bụng.C:\Users\admin\Downloads\image - 2023-11-21T214724.644.png- GV nhận xét tiết học.- Hướng dẫn sử dụng sách giáo khoa**\* Dặn dò về nhà:** - Gv hô “ Giải tán” ! | - HS trả lời: Hình A- HS lắng nghe🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹🚹- Hs hô “ Khỏe”! |

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU BÀI DẠY**

....................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................