**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 nghe  C:\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**

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