**TUẦN: 15 GIÁO DỤC THỂ CHẤT** **KHỐI :1**

**CHỦ ĐỀ 3: TƯ THẾ VÀ KĨ NĂNG VẬN ĐỘNG CƠ BẢN**

**TIẾT: 27 - Bài 1: TƯ THẾ VẬN ĐỘNG CƠ BẢN CỦA CHÂN**

**TRÒ CHƠI “ BẬT NHANH VÀO Ô”**

(tiết 1)

**I.Yêu cầu cần đạt**

**1.Về phẩm chất:** Bài học góp phần bồi dưỡng cho học sinh các phẩm chất cụ thể:

- Tích cực trong tập luyện và hoạt động tập thể.

- Tích cực tham gia các trò chơi vận động và các bài tập phát triển thể lực, có trách nhiệm trong khi chơi trò chơi.

**2. Về năng lực**:

**2.1. Năng lực chung:**.- Giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

- Giải quyết vấn đề và sáng tạo: Phát hiện các lỗi sai thường mắc khi thực hiện động tác và tìm cách khắc phục.

**2.2. Năng lực đặc thù:**

- NL chăm sóc SK:  Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện.

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước cách thực hiện các tư thế vận động cơ bản của chân trong sách giáo khoa.

- NL thể dục thể thao: - Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được các tư thế vận động cơ bản của chân.

\*HSKT (1a2): Biết thực hiện động tác tương đối đúng. Tích cực tập luyện cùng bạn.

**II. Địa điểm**: Sân trường

**- Đồ dùng dạy học:**

+ Giáo viên chuẩn bị:  Tranh ảnh, trang phục thể thao, còi phục vụ trò chơi.

+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

**III.Các hoạt động dạy học**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | **LVĐ** | **Phương pháp, tổ chức và yêu cầu** | |
|  | **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **I. Phần mở đầu**  **-Nhận lớp**  - Khởi động  - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...  - Trò chơi “Lò cò chuyển bóng”  **II. Phần cơ bản:**  **\* Kiến thức.**  **Động tác bước sang ngang rộng bằng vai.**  Từ TTCB bước chân sang ngang rộng bằng vai.  **Động tác bước sang ngang rộng hơn vai.**  Từ TTCB bước chân sang ngang rộng hơn vai.  **Động tác bước ra trước.**  Từ TTCB bước chân ra trước.  **Động tác bước rộng ra trước.**  Từ TTCB bước rộng ra trước  \***Luyện tập**  Tập đồng loạt  Tập theo tổ nhóm  Tập theo cặp đôi  Thi đua giữa các tổ  -Trò chơi “ Bật nhanh vào ô”  **III.Kết thúc**  \*  Thả lỏng cơ toàn thân.  \* Nhận xét, đánh giá chung của buổi học.   Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà | 5 ’    25’    2 lần  4lần  4lần  1 lần  5’ | Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học  - Gv HD học sinh khởi động.  - GV hướng dẫn chơi  - GV điều khiển  Cho HS quan sát tranh  GV nêu tên, làm mẫu kết hợp phân tích kĩ thuật động tác.  - Lưu ý một số lỗi thường mắc - GV hô - HS tập theo Gv.  - Gv  quan sát, sửa sai cho HS.  - Yc Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực.  - Gv  quan sát, sửa sai cho HS.  - GV cho 2 HS quay mặt vào nhau tạo thành từng cặp để tập luyện.  - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.  - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi.  - Cho HS chơi thử và chơi chính thức.  - Nhận xét, tuyên dương,  - GV hướng dẫn  - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của HS.  - VN ôn bài và chuẩn bị bài sau | Đội hình nhận lớp  - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV.  Đội hình khởi động          HS khởi động theo hướng dẫn của GV  - Đội hình HS quan sát tranh         HS quan sát GV làm mẫu  - HS ghi nhớ tên động tác, hình thành kĩ thuật động tác  - Đội hình tập luyện đồng loạt.     ***ĐH tập luyện theo tổ***                 GV             -ĐH tập luyện theo cặp  - Từng tổ  lên  thi đua - trình diễn    HS thực hiện thả lỏng  - ***ĐH kết thúc***     |