**Tiết 31: ĐỘNG TÁC ĐIỀU HÒA - TRÒ CHƠI VẬN ĐỘNG**

**I. Yêu cầu cần đạt:**

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

- Đoàn kết, nghiêm túc, tích cực trong tập luyện và hoạt động tập thể.

- Tích cực tham gia các trò chơi vận động, có trách nhiệm trong khi chơi trò chơi và hình thành thói quen tập luyện TDTT.

**2. Về năng lực**:

**2.1. Năng lực chung:**

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước cách thực hiện động tác điều hòa trong sách giáo khoa và quan sát động tác mẫu của giáo viên.

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

**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.

- NL vận động cơ bản: Thực hiện được động tác điều hòa của bài thể dục.

\* Học sinh khuyết tật thực hiện được cơ bản đúng động tác điều hòa.

**II. Địa điểm – phương tiện**

**- Địa điểm**: Sân trường

**- Phương tiện:**

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

+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

**III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học**

- Phương pháp dạy học chính: Làm mẫu, sử dụng lời nói, tập luyện, trò chơi và thi đấu.

- Hình thức dạy học chính: Tập luyện đồng loạt( tập thể), tập theo nhóm,

**IV. Tiến trình dạy học**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Nội dung** | **Lượng VĐ** | **Phương pháp, tổ chức và yêu cầu** |
| **T. gian** | **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **I. Phần mở đầu**Nhận lớpKhởi động- Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...   - Trò chơi “nhảy lò cò”**II. Phần cơ bản:****- Kiến thức.**- Ôn động tác vươn thở, tay, chân, lườn, lưng bụng, toàn thân và nhảy đã học.- Động tác điều hòa.https://lh3.googleusercontent.com/MElDl0jd2p-53v5YGys7c92Wvm_RmGap7fPf22ecXDaUbbZw_JviTycujsOHnlWd2h-LAbveupyqnrBtNKsdZxxIWvIEXYhG0Aa59-AGNcnOlJusL8e5FsLcHGXq8mfa9TSPRj8-**Luyện tập**Tập đồng loạtTập theo tổ nhómThi đua giữa các tổ- Trò chơi “ném trúng đích”https://lh6.googleusercontent.com/C24Cdh9cLUgcD7j5a3IKX4hqi-HoHSEKqzDbR2x4dLT2gkbJWqaJNzke9cOK2NNTP-xTImNm8xcZA4KsxfEvbQroTLP1xT4C5FGb1m_B7R_DxD1EPAHjWPAM_-JSUMp6XwEU9A8- Bài tập PT thể lực:**- Vận dụng:****III.Kết thúc**-  Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học.  Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà- Xuống lớp | 5 – 7’2-3’16-18’3-5’4- 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 quan sát nhắc nhở, sửa sai cho HS- Cho HS quan sát tranh- GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác.- Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu- Cho 2 HS lên thực hiện động tác điều hòa.- GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương- GV hô - HS tập theo GV.- Gv  quan sát, sửa sai cho HS.- Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực.- Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.- GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương.- GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi thở và chơi chính thức cho HS. - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật- Cho HS chạy bước nhỏ tại chỗ tay đánh tự nhiên  20 lần- GV hướng dẫn- Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs.- VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.  | Đội hình nhận lớp 🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                🚹 - HS khởi động theo GV.- Học sinh khuyết tật thực hiện được cơ bản đúng một số động tác khởi động.- HS Chơi trò chơi.🚹🚹🚹       🚹🚹🚹                            🚹- Cán sự hô nhịp 🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                🚹- Đội hình HS quan sát tranh🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                🚹- HS quan sát GV làm mẫu.- HS tiếp tục quan sát- Học sinh khuyết tật thực hiện được cơ bản đúng động tác.- Đội hình tập luyện đồng loạt. 🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                🚹ĐH tập luyện theo tổ🚹                 🚹🚹🚹       🚹      🚹🚹🚹       GV    🚹- HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai- Từng tổ  lên  thi đua - trình diễn - Chơi theo hướng dẫn🚹   🚹🚹   🚹🚹              🚹🚹              🚹🚹              🚹🚹HS thực hiện kết hợp đi lại hít thở- HS trả lời- HS thực hiện thả lỏng- ĐH kết thúc🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹 |

**V. Điều chỉnh bổ sung sau tiết dạy ( nếu có):**

**………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………**

**Tiết 32: ÔN 5- 8 ĐỘNG TÁC ĐÃ HỌC CỦA BÀI THỂ DỤC**

**- TRÒ CHƠI VẬN ĐỘNG**

**I. Yêu cầu cần đạt:**

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

- Đoàn kết, nghiêm túc, tích cực trong tập luyện và hoạt động tập thể.

- Tích cực tham gia các trò chơi vận động, có trách nhiệm trong khi chơi trò chơi và hình thành thói quen tập luyện TDTT.

**2. Về năng lực**:

**2.1. Năng lực chung:**

- Tự chủ và tự học: Tự xem lại cách thực hiện các động tác đã học trong sách giáo khoa và quan sát động tác mẫu của giáo viên.

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

**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.

- NL vận động cơ bản: Thực hiện được các động tác đã học của bài thể dục.

\* Học sinh khuyết tật thực hiện cơ bản đúng một số động tác của bài thể dục.

**II. Địa điểm – phương tiện**

**- Địa điểm**: Sân trường

**- Phương tiện:**

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

+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

**III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học**

- Phương pháp dạy học chính: Làm mẫu, sử dụng lời nói, tập luyện, trò chơi và thi đấu.

- Hình thức dạy học chính: Tập luyện đồng loạt( tập thể), tập theo nhóm,

**IV. Tiến trình dạy học**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Nội dung** | **Lượng VĐ** | **Phương pháp, tổ chức và yêu cầu** |
| **T. gian** | **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **I. Phần mở đầu**Nhận lớpKhởi động- Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...   - Trò chơi “nhảy lò cò”**II. Phần cơ bản:****- Kiến thức.**- Ôn các động tác vươn thở, tay, chân, lườn, lưng bụng, toàn thân và nhảy, điều hòa.-**Luyện tập**Tập đồng loạtTập theo tổ nhómThi đua giữa các tổ- Trò chơi “ném trúng đích”https://lh6.googleusercontent.com/C24Cdh9cLUgcD7j5a3IKX4hqi-HoHSEKqzDbR2x4dLT2gkbJWqaJNzke9cOK2NNTP-xTImNm8xcZA4KsxfEvbQroTLP1xT4C5FGb1m_B7R_DxD1EPAHjWPAM_-JSUMp6XwEU9A8- Bài tập PT thể lực:**- Vận dụng:****III.Kết thúc**-  Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học.  Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà- Xuống lớp | 5 – 7’2-3’16-18’3-5’4- 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 quan sát nhắc nhở, sửa sai cho HS- Cho HS quan sát tranh- GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác.- Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu- Cho 2 HS lên thực hiện động tác điều hòa.- GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương- GV hô - HS tập theo GV.- Gv  quan sát, sửa sai cho HS.- Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực.- Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.- GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương.- GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi thở và chơi chính thức cho HS. - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật- Cho HS chạy bước nhỏ tại chỗ tay đánh tự nhiên  20 lần- GV hướng dẫn- Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs.- VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.  | Đội hình nhận lớp 🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                🚹 - HS khởi động theo GV.- HS Chơi trò chơi.🚹🚹🚹       🚹🚹🚹                            🚹- Cán sự hô nhịp 🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                🚹- Đội hình HS quan sát tranh🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                🚹- HS quan sát GV làm mẫu- HS tiếp tục quan sát- Đội hình tập luyện đồng loạt. 🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                🚹- Học sinh khuyết tật tập được một số động tác của bài thể dục.ĐH tập luyện theo tổ🚹                 🚹🚹🚹       🚹      🚹🚹🚹       GV    🚹- HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai- Từng tổ  lên  thi đua - trình diễn - Chơi theo hướng dẫn🚹   🚹🚹   🚹🚹              🚹🚹              🚹🚹              🚹🚹HS thực hiện kết hợp đi lại hít thở- HS trả lời- HS thực hiện thả lỏng- ĐH kết thúc🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹 |

**V. Điều chỉnh bổ sung sau tiết dạy ( nếu có):**

**………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………**