**Tiết 35: ÔN TƯ THẾ VÀ KĨ NĂNG VẬN ĐỘNG CƠ BẢN**

**TRÒ CHƠI VẬN ĐỘNG**

**I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT:**

**1.về phẩm chất:**

- Bước đầu biết cách thức thực hiện động tác. Tự sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện, để thực hiện nhiệm vụ học tập.

- 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.Về năng lực chung:**

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước khẩu lệnh, cách thực hiện động tác tư thế và kĩ năng vận động cơ bản trong sách giáo khoa.

- Giao tiếp và hợp tác: Thông qua các hoạt động 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. Biết điều chỉnh trang phục để thoải mái và tự tin khi vận động, biết điều chỉnh chế độ dinh dưỡng đảm bảo cho cơ thể.

- NL giải quyết vấn dề và sáng tạo: Thông qua việc học tập tích cực, chủ động tiếp nhận kiến thức và tập luyện.

- Tích cực, tự giác, trung thực và chăm chỉ trong tập luyện.

**II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC**

- Giáo viên chuẩn bị:  trang phục thể thao, còi phục vụ trò chơi.

-Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao, trang phục thể thao

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

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Nội dung** | **LV Đ** | **Phương pháp, tổ chức và yêu cầu** |
| **TG** | **SL** | **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **I. Hoạt động mở đầu****1. Nhận lớp****2. Khởi động**- Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân tập.- Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... **3. Trò chơi.**- Trò chơi *“Đứng, ngồi theo hiệu lệnh”.*Ảnh có chứa văn bản, mẫu họa  Mô tả được tạo tự động**II. Hoạt động hình thành kiến thức.****\* Ôn tư thế và kĩ năng vận động cơ bản****III. Hoạt động luyện tập.****1. -** Di chuyển vượt chướng ngại vật thấp.- Di chuyển vượt chướng ngại vật cao.- Tại chỗ tung và bắt bóng hai tay.- Tại chỗ tung bóng một tay và bắt bóng hai tay.-Di chuyển tung và bắt bóng hai tay\* *Tập đồng loạt**Tập theo tổ nhóm**Thi đua giữa các tổ***2.Trò chơi** *“Chuyển bóng tiếp sức”.***IV. Vận dụng**- Thả lỏng cơ toàn thân. - Củng cố hệ thống bài học - Nhận xét và hướng dẫn tập luyện ở nhà. | 6-10 phút1-2 phút3-5 phút1-2 phút5-7 phút10-15 phút2-4 phút3-5 phút1-3 phút4-6 phút | 1-2l1-2l1-2l1-3l | - Nghe cán bộ lớp báo cáo.- Hỏi về sức khỏe của Hs.- Cô trò chúc nhau.- Phổ biến nội dung, nhiệm vụ và yêu cầu giờ học.- GV di chuyển và quan sát, chỉ dẫn cho HS thực hiện.-Gv tổ chức Hs chơi trò chơi.- GV làm mẫu lại động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác.- Hô nhịp và thực hiện động tác mẫu, hướng dẫn Hs thực hiện đt.- Gv quan sát, uốn nắm và sửa sai cho Hs.- Gv hô nhịp 1 lần và giao cán sự lớp hô.- Hs tập theo Gv.- Gv  quan sát, sửa sai cho Hs.- Yêu cầu Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực.- Gv quan sát, uốn nắn, sửa sai cho Hs.- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.-Tuyên dương tổ tập đều, đúng nhất.- GV nêu tên trò chơi, phổ biến luật chơi, cách chơi. - Cùng hs nhắc lại luật chơi và cách chơi.- Cho Hs chơi thử.- Tổ chức cho Hs chơi.- GV hướng dẫn.- Gv cùng hs hệ thống lại bài (đưa câu hỏi).- Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của Hs.- HD sử dụng SGK để Hs ôn lại bài và chuẩn bị bài sau. | - Cán sư tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp học cho Gv.               GV    \*  \*  \*  \*  \*  \*  \*  \*       \*  \*  \*  \*  \*  \*  \*       \*  \*  \*  \*  \*  \*  \*        \*  \*  \*  \*  \*  \*  \*- Cán sự điều khiển lớp khởi động .- Hs chơi đúng luật, nhiệt tình sôi nổi và đảm bảo an toàn.- Hs lắng nghe, tiếp thu và ghi nhớ.- Tập luyện theo sự hướng dẫn của Gv.              GV \*  \*  \*  \*  \*  \*  \*  \*     \*  \*  \*  \*  \*  \*  \*     \*  \*  \*  \*  \*  \*  \*      \*  \*  \*  \*  \*  \*  \*Ảnh có chứa cậu bé, người, trang phục, bóng  Mô tả được tạo tự động\*    \*   \*   \*   \*   \*   \*   \*    \*   \*   \*   \*\*    \*   \*   \*   \*   \*   \*   \*    \*   \*   \*   \*            GV- Hs tiến hành tập luyện theo sự hướng dẫn của Gv và cán sự lớp.- Hs thay phiên nhau hô nhịp.      \*   \*   \*   \*   \*\*              \*            \*\*                            \*\*   \*       GV      \*  \*                            \*                            \*\*            \*              \*                                    \*   \*    \*   \*   \* - Từng tổ  lên  thi đua - trình diễn - Hs nhắc lại luật chơi, cách chơi.- Hs tiến hành chơi trò chơi dưới sự chỉ huy của Gv.- Chơi trò đúng luật, nhiệt tình, sôi nổi và an toàn.- HS thực hiện thả lỏng- Hs cùng Gv hệ thống lại bài (HS quan sát SGK (tranh) trả lời)              GV \*  \*  \*  \*  \*  \*  \*  \*     \*  \*  \*  \*  \*  \*  \*     \*  \*  \*  \*  \*  \*  \*      \*  \*  \*  \*  \*  \*  \* - HS tập chung thực hiện theo hướng dẫn của GV và nhận hướng dẫn tập luyện ở nhà. |

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

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

**TIẾT 36: ĐÁNH GIÁ NỘI DUNG TƯ THẾ VÀ KĨ NĂNG VẬN ĐỘNG CƠ BẢN – SƠ KẾT HỌC KÌ I.**

**I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT**

**1.về phẩm chất:**

- Tự chủ và tự học: Học sinh thực hiện các nội dung học kì 1. Để thực hiện nhiệm vụ học tập

**2.Về năng lực:**

**2.1.Về năng lực chung:**

- Giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác với các bạn trong lớp.

- 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.

**2.2. Năng lực đặc thù:**

- NL vận động cơ bản: Thực hiện được các nội dung trong học kì 1 đã học để thực hiện nhiệm vụ học tập.

 - Biết cách thức tiến hành kiểm tra các nội dung TT và KNVĐCB để chủ động thực hiện hiệu quả theo yêu cầu.

Bài học góp phần bồi dưỡng cho học sinh các phẩm chất cụ thể:

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

- Chủ động trong các giờ kiểm tra của các nội dung sau.

**II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC**

- Giáo viên chuẩn bị:  Trang phục thể thao, còi phục vụ trò chơi.

-Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao, trang phục thể thao

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

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Nội dung** | **LV Đ** | **Phương pháp, tổ chức và yêu cầu** |
| **TG** | **SL** | **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **I. Hoạt động mở đầu****1. Nhận lớp****2. Khởi động**- Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân tập.- Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...   **3. Trò chơi.**- Trò chơi “ *Diệt các con vật có hại”***II. Hoạt động luyện tập****\*Ôn nội dung TT và KNVĐCB:****\*Kiểm tra nội dung TT và KNVĐCB:**- Tại chỗ, di chuyển tung và bắt bóng.- Kiểm tra theo tổ, Gv lựa chọn nội dung kiểm tra.- Sơ kết học kì 1**III. Vận dụng**- Thả lỏng cơ toàn thân. - Củng cố hệ thống bài học - Nhận xét và hướng dẫn tập luyện ở nhà. | 6-10 phút1-2 phút3-5 phút1-2 phút18-22 phút4-6 phút14-16 phút4-6 phút | 1-2L1-2L1-2L | - Nghe cán bộ lớp báo cáo.- Hỏi về sức khỏe của Hs.- Cô trò chúc nhau.- Phổ biến nội dung, nhiệm vụ và yêu cầu giờ học.- GV di chuyển và quan sát, chỉ dẫn cho HS thực hiện.-Gv tổ chức Hs chơi trò chơi.- Các tổ thực hiện luyện tập theo tổ dưới sự chỉ huy của cán sự.- Lần lượt từng tổ lên thực hiện nội dung tại chỗ, di chuyển tung và bắt bóng.- GV hô khẩu lệnh cho các tổ thực hiện.- Chú ý cách thực hiện điểm số của hs.- Sau khi các tổ thực hiện song các nội dung Gv nhận xét chung phần tập luyện của cả lớp.- Tuyên dương tổ có ý thức tập luyện tốt.- GV hướng dẫn.- Gv cùng hs hệ thống lại bài (Gv nêu câu hỏi).- Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của Hs.- HD sử dụng SGK để Hs ôn lại bài và chuẩn bị bài sau. | - Cán sư tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp học cho Gv.               GV    \*  \*  \*  \*  \*  \*  \*  \*       \*  \*  \*  \*  \*  \*  \*       \*  \*  \*  \*  \*  \*  \*        \*  \*  \*  \*  \*  \*  \*- Cán sự điều khiển lớp khởi động .- Hs chơi đúng luật, nhiệt tình sôi nổi và đảm bảo an toàn.- Hs thay phiên nhau hô nhịp.      \*   \*   \*   \*   \*\*              \*            \*\*                            \*\*   \*       GV      \*  \*                            \*                            \*\*            \*              \*                                    \*   \*    \*   \*   \* - HS chú ý thực hiện theo khẩu lệnh.- Lần lượt các tổ lên kiểm tra theo khẩu lệnh của GV. Các tổ còn lại quan sát, nhận xét.             GV \*  \*  \*  \*  \*  \*  \*  \*          \*  \*  \*  \*  \*  \*  \*     \*  \*  \*  \*  \*  \*  \*      \*  \*  \*  \*  \*  \*  \*- HS thực hiện thả lỏng- Hs cùng Gv hệ thống lại bài (Hs trả lời câu hỏi).             GV \*  \*  \*  \*  \*  \*  \*  \*     \*  \*  \*  \*  \*  \*  \*     \*  \*  \*  \*  \*  \*  \*      \*  \*  \*  \*  \*  \*  \*- HS tập chung thực hiện theo hướng dẫn của GV và nhận hướng dẫn tập luyện ở nhà. |

|  |  |
| --- | --- |
| **MỨC ĐẠT** | **CÁC TIÊU CHÍ ĐÁNH GIÁ** |
| **HOÀN THÀNH TÔT** | - Thực hiện tốt VS cá nhân, đảm bảo an toàn trong tập luyện- Biết quan sát tranh ảnh, động tác mẫu của giáo viên- Thực hiện các động tác TT và KNVĐCB đúng khẩu lệnh, đúng kĩ thuật, đều và đẹp- Tham gia tích cực các trò chơi vận động- Hoàn thành tốt lượng vận động của bài tập- Tích cực, trung thực trong tập luyện và hình thành thói quen tập luyện TDTT |
| **HOÀN THÀNH** | - Biết thực hiện VS cá nhân, đảm bảo an toàn trong tập luyện- Bước đầu biết quan sát tranh ảnh, động tác mẫu của giáo viên- Thực hiện được các động tác TT và KNVĐCB - Có tham gia các trò chơi vận động nhưng chưa tích cực - Hoàn thành lượng vận động của bài tập- Tích cực trong tập luyện và bước đầu hình thành thói quen tập luyện TDTT |
| **CHƯA HOÀN THÀNH** | - Chưa biết thực hiện VS cá nhân, đảm bảo an toàn trong tập luyện- Chưa biết quan sát tranh ảnh, động tác mẫu của giáo viên- Chưa thực hiện được các động tác TT và KNVĐCB- Hạn chế tham gia các trò chơi vận động- Chưa hoàn thành lượng vận động của bài tập- Ý thức và tinh thần tập luyện chưa cao |

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

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