**TUẦN 1**

Thứ hai ngày 9 tháng 9 năm 2023

Buổi chiều:

**Tiết 2 -Lớp 5E**

**TỔ CHỨC LỚP**

**CHẾ ĐỘ ĂN UỐNG ĐẢM BẢO DINH DƯỠNG TRONG LUYỆN TẬP**

1. **YÊU CẦU CẦN ĐẠT**

**1. Kiến thức:**

- Giới thiệu chương trình môn GDTC lớp 5; Biên chế tổ tập luyện; bước đầu làm quen về các chế độ dinh dưỡng trong tập luyện nhằm tăng khả năng vận động.

( HSKT: Bước đầu nhận biết được vị trí của tổ và nhận biết 1 số thực phẩm dinh dưỡng).

**2.Về phẩm chất:**

- 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.

**3.Về năng lực chung:**

**3.1Năng lực chung:**

- Tự chủ và tự học: Tự xem nội dung phần kiến thức chung: chế độ ăn uống trong tập luyện trong sách giáo khoa.

- Giao tiếp và hợp tác: Thông qua các hoạt động nhóm để thực hiện các nội dung và trò chơi.

* 1. **Năng lực đặc thù:**

- NL chăm sóc SK: Bước đầu. 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.

- Tự giác, tích cực trong tập luyện; Yêu nước, chăm chỉ, trách nhiệm và trung thực.

**II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC**

- Giáo viên chuẩn bị:  Tranh ảnh một số loại thực phẩm, trang phục thể thao, còi phục vụ trò chơi.

-Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | **LV Đ** | **Phương pháp, tổ chức và yêu cầu** | |
| **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **1. Hoạt động mở đầu**  **a. Nhận lớp**  **b. Khởi động**  - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...  Kéo dãn cơ  **c. Trò chơi.**  - Trò chơi *“Tàu siêu tốc”*  **2. Hoạt động hình thành kiến thức.**  **a, Giới thiệu chương trình học lớp 5**  **- 3 chủ đề: Kiến thức chung, Phần vận động cơ bản, Phần thể thao tự chọn**  **- GV hướng dẫn HS sử dụng SGK**  **b, Kiến thức chung:**  **- Thực phẩm chứa chất dinh dưỡng cần thiết cho cơ thể trong tập luyện TDTT: (Thực phẩm giàu chất đạm, chất béo, chất bột đường, chất khoáng, vitamin, nước)**  **- Một số chú ý về chế độ ăn uống đảm bảo dinh dưỡng trong tập luyện.**  **- Một số lưu ý khi ăn đảm bảo hấp thụ chất dinh dưỡng tốt hơn.**  **3. Hoạt động luyện tập.**  A,Lựa chọn đội ngũ cán sự và phân chia nhóm tổ  - Lựa chọn cán sự:  CS hô  TT các nhóm  - Phân chia thành viên các nhóm ( cân bằng về nam nữ)  \* Thực hiện lại tập trung hàng  **b.Trò chơi** *“Kết bạn”*  TC kết bạn  **4. Hoạt động vận dụng**  - Thả lỏng cơ toàn thân.  - Củng cố hệ thống bài học  - Nhận xét và hướng dẫn tập luyện ở nhà. | 6-10’  3-5’  1-2’  **10-12’**  **2-3’**  8-9’  10-12’  5-6’  5-6’  4-6’ | - 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 hỏi HS: Em đã tìm hiểu SGKGDTC 5 hãy cho cô và các bạn biết có nội dung chương trình GDTC lớp 5 có mấy phần ?  GV kết luận có 3 phần  - GV treo tranh yêu cầu HS quan sát và gắn nội dung phù hợp?  - Hình ảnh 1:  - Hình ảnh 2……  ? Vậy con hãy tự mình lên thực đơn bữa ăn cho gia đình mình ?  -GV nêu  ? Theo con để hấp thụ tốt hơn chất dinh dưỡng con cần chú ý điều gì?  GV chốt  - GV lựa chọn CS phù hợp: Trên tinh thần xung phong và chọn lọc HS( HS ứng cử)  - GV quan sát và phân chia tổ nhóm  - GV quan sát, nhận xét  - 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 trả lời * HS nhận xét   - HS quan sát tranh  - HS trả lời cá nhân  - HS thực hiện cá nhân và trả lời  - HS lắng nghe  - HS trả lời  - HS bầu cử và chọn CS  - HS thực hiện theo hiệu lệnh chia tổ của GV  - CS điều khiển- HS thực hiện tập trung theo đúng hàng được phân công  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)  GV  \* \* \* \* \* \* \* \*  \* \* \* \* \* \* \*  \* \* \* \* \* \* \*  \* \* \* \* \* \* \*  - HS tập chung thực hiện theo hướng dẫn của GV và nhận hướng dẫn tập luyện ở nhà. |

***\*BỔ SUNG:***

Buổi sáng

**Tiết 3-Lớp 5D**

**TỔ CHỨC LỚP**

**CHẾ ĐỘ ĂN UỐNG ĐẢM BẢO DINH DƯỠNG TRONG LUYỆN TẬP**

- HS nắm bắt được các yêu cầu cần đạt về năng lực phẩm chất của tiết học, nắm được chương trình học của lớp 5. Bước đầu ghi nhớ được các quy định lớp học, Hs biết làm quen về các chế độ dinh dưỡng trong tập luyện nhằm tăng khả năng vận động. ( HSKT nhận biết vị trí tổ và bước đầu biết 1 số loại thực phẩm tốt cho cơ thể).

- HĐ 1 : CS tập trung lớp, kiểm tra sĩ số

-HĐ 2 : + Phổ biến yêu cầu giờ học: GV cần quy định chặt chẽ về trang phục của học sinh, ý thức tổ chức kỉ luật trong giờ học.

+ Phần KT chung: GV cho HS thực hiện nội dung tranh theo nhóm, Lên thực đơn gia đình( cá nhân)…

+ GV bầu CS ; phân chia nhóm tổ luyện tập

Thứ ba ngày 10 tháng 9 năm 2024

Buổi sáng:

**Tiết 1 -Lớp 3B**

**GIỚI THIỆU CHƯƠNG TRÌNH**

**BIẾN ĐỔI ĐỘI HÌNH TỪ MỘT VÒNG TRÒN**

**THÀNH HAI, BA VÒNG TRÒN VÀ NGƯỢC LẠI.**

1. **YÊU CẦU CẦN ĐẠT**

**1. Kiến thức:**

- Giới thiệu chương trình môn GDTC lớp 3; Biên chế tổ tập luyện; Học động tác biến đổi đội hình từ một vòng tròn thành hai vòng tròn và ngược lại. HS biết khẩu lệnh và cách thức thực hiện động tác để thực hiện nhiệm vụ học tập.

**2.Về phẩm chất:**

- 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.

**3.Về năng lực chung:**

**3.1Năng lực chung:**

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước khẩu lệnh, cách thực hiện biến đổi đội hình từ một vòng tròn thành hai vòng tròn và ngược lại trong sách giáo khoa.

- Giao tiếp và hợp tác: Thông qua các hoạt động nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

* 1. **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.

- Tự giác, tích cực trong tập luyện; Yêu nước, chăm chỉ, trách nhiệm và trung thực.

**II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC**

- Giáo viên chuẩn bị:  Tranh ảnh động tác biến đổi đội hình từ một vòng tròn thành hai vòng tròn và ngược lại, 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** | |
| **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **1. Hoạt động mở đầu**  **a. Nhận lớp**  **b. Khởi động**  - Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân tập.  - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...  **c. Trò chơi.**  - Trò chơi *“Làm theo lời nói không làm theo hành động”*    **2. Hoạt động hình thành kiến thức.**  **\* Biến đổi đội hình từ một vòng tròn thành hai vòng tròn và ngược lại.**  *- Từ một vòng tròn thành hai vòng tròn:*  + CB: ĐH một vòng tròn.  + Khẩu lệnh: Bạn A làm chuẩn, theo 1-2, 1-2,… điểm số.  *+* Động tác: Lần lượt từ bạn A quay mặt qua trái, hô to số của mình theo thứ tự 1-2, 1-2…, rồi quay mặt về tư thế ban đầu. Bạn cuối cùng hô to số của mình và hô “hết”.  + Động tác biến đổi: Số 1 làm chuẩn; số 2 bước chân phải lùi một bước chếch sang phải về sau số 1, sau đó thu chân trái xuống thành tư thế đứng nghiêm.  *- Từ hai vòng tròn trở về một vòng tròn:*  + Khẩu lệnh: “Về vị trí cũ…Bước!”.  + Động tác: Số 1 làm chuẩn; số 2 bước chân trái lên một bước chếch sang trái về vị trí cũ, sau đó thu chân phải lên thành tư thế đứng nghiêm.  **3. Hoạt động luyện tập.**  **a. Biến đổi đội hình từ một vòng tròn thành hai vòng tròn và ngược lại.**  *Tập đồng loạt*  *Tập theo tổ nhóm*  *Thi đua giữa các tổ*  **b.Trò chơi** *“Kết bạn”*  TC kết bạn  **4. Hoạt động vận dụng**  - Thả lỏng cơ toàn thân.  - Củng cố hệ thống bài học  - Nhận xét và hướng dẫn tập luyện ở nhà. | 6-10’  3-5’  1-2’  5-7’  10-15’  2-4’  3-5’  1-3’  4-6’  4-6’ | - 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.  - Cho HS quan sát tranh  - GV làm mẫu 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  \* \* \* \* \* \* \* \*  \* \* \* \* \* \* \*  \* \* \* \* \* \* \*  \* \* \* \* \* \*  2vongf tròn thành 1  \* \* \* \* \* \*  \* \* \* \* \* \*  \* \* \* \* \* \*  \* \* \* \* \* \*  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. |

***\*BỔ SUNG:***

Buổi sáng

**Tiết 2 -Lớp 3A**

**GIỚI THIỆU CHƯƠNG TRÌNH**

**BIẾN ĐỔI ĐỘI HÌNH TỪ MỘT VÒNG TRÒN**

**THÀNH HAI, BA VÒNG TRÒN VÀ NGƯỢC LẠI.**

- HS nắm bắt được các yêu cầu cần đạt về năng lực phẩm chất của tiết học, nắm được chương trình học của lớp 3. Bước đầu ghi nhớ được các quy định lớp học, Hs biết khẩu lệnh và cách thức thực hiện động tác để thực hiện biến đổi đội hình từ một vòng tròn thành 2,3 vòng tròn.

- HĐ 1 : CS tập trung lớp, kiểm tra sĩ số

-HĐ 2 : + Phổ biến yêu cầu giờ học: GV cần quy định chặt chẽ về trang phục của học sinh, ý thức tổ chức kỉ luật trong giờ học.

+ ĐHĐN: GV cho HS làm mẫu thị phạm, hướng dẫn HS khẩu lệnh và cách di chuyển.

+ GV chia nhóm tổ luyện tập

***\*BỔ SUNG:***

Buổi sáng

**Tiết 3 -Lớp 3D**

**GIỚI THIỆU CHƯƠNG TRÌNH**

**BIẾN ĐỔI ĐỘI HÌNH TỪ MỘT VÒNG TRÒN**

**THÀNH HAI, BA VÒNG TRÒN VÀ NGƯỢC LẠI.**

- HS bước đầu nắm bắt được nội dung cần đạt trong chương trình môn GDTC lớp 3. Bước đầu ghi nhớ được các quy định lớp học, Hs biết khẩu lệnh và cách thức thực hiện động tác để thực hiện biến đổi đội hình từ một vòng tròn thành 2,3 vòng tròn.

- HĐ 1 : CS tập trung lớp, kiểm tra sĩ số

-HĐ 2 :

+ ĐHĐN: GV cho HS làm mẫu thị phạm, GV mời HS nêu lại khẩu lệnh và chỉ huy các bạn thực hiện.

Luyện tập: GV chia nhóm chú ý hướng dẫn các nhóm còn chưa thực hiện được.

+ GV chia nhóm tổ luyện tập

( GV chú ý học sinh KT Hoàng Tùng: HS biết hô theo các bạn chưa cần ghi nhớ khẩu lệnh, biết di chuyển vị trí theo yêu cầu và có sự giúp đỡ từ GV và các bạn trong nhóm).

***\*BỔ SUNG:***

Buổi sáng

**Tiết 4 -Lớp 3C**

**GIỚI THIỆU CHƯƠNG TRÌNH**

**BIẾN ĐỔI ĐỘI HÌNH TỪ MỘT VÒNG TRÒN**

**THÀNH HAI, BA VÒNG TRÒN VÀ NGƯỢC LẠI.**

- HĐ 1 : CS tập trung lớp, kiểm tra sĩ số

-HĐ 2 : + Phổ biến yêu cầu giờ học: GV cần quy định chặt chẽ về trang phục của học sinh, ý thức tổ chức kỉ luật trong giờ học.

+ ĐHĐN:GV cho HS đọc khẩu lệnh để ghi nhớ; luyện tập ( GV chia nhóm và phân công CS điều khiển- CS sẽ nhận xét thành viên tổ xong quá trình luyện tập thi đua).

+ GV chia nhóm tổ luyện tập

*-----------------------------------------------------------------*

Buổi chiều

**Tiết 1 -Lớp 1B**

**TỔ CHỨC LỚP- TRÒ CHƠI VẬN ĐỘNG**

**I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT**

**1. Kiến thức:**

- Giới thiệu chương trình môn GDTC lớp 1; Hs nắm bắt được quy chế học tập; Biên chế tổ tập luyện; tham gia các nội dung vận động.

**2.Về phẩm chất:**

- 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.

**3.Về năng lực chung:**

**3.1Năng lực chung:**

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước các nội dung chủ đề trong sách giáo khoa

- Giao tiếp và hợp tác: Thông qua các hoạt động nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

* 1. **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.

- Tự giác, tích cực trong tập luyện; Yêu nước, chăm chỉ, trách nhiệm và trung thực.

**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** | |
|  |  | **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **1. Hoạt động mở đầu**  Nhận lớp  Khởi động  - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...  - Trò chơi “ Lộn cầu vồng”  **2. Hình thành kiến thức**  **\***Giới thiệu chương trình học lớp 5  - 3 chủ đề: Kiến thức chung, Phần vận động cơ bản, Phần thể thao tự chọn  - Biên chế tổ tập luyện.  - Chọn cán sự bộ môn.  .  - Phổ biến nội quy tập luyện.  **3. Hoạt động tập luyện**  - Tập luyện đồng loạt  - Tập luyện cặp đôi  - Tập luyện theo nhóm  + Trò chơi : Diệt các con vật có hại  - Gọi tên trò chơi.  - Hướng dẫn cách chơi  GV hỏi HS xem những con vật nào có hại, có ích(kết hợp xem 1 số tranh)  Thống nhất cả lớp khi nêu tên con vật có hại thì hô “diệt!diệt!diệt” tên con vật có ích thì đứng im, ai hô là sai.  **4. Hoạt động vận dụng**  \* 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 x 8 N  6-10’  **8-10’**  2-3 lần  2-3  lần  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 chia tổ cho học sinh, hướng dẫn và phân công tổ trưởng  Hướng dẫn học sinh hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu.  Hướng dẫn HS GV cho 2 HS quay mặt vào nhau tạo thành từng cặp để tập luyện theo hình thức cặp đôi  - Cho HS di chuyển theo nhóm ra vị trí  - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi trò chơi cho HS.  - GV hỏi: Em hãy nêu tên con vật có lợi, có hại mà em biết?/ GV nhận xét.  - GV điều hành trò chơi  - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật  - GV hướng dẫn  - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs.  - VN thực hiện lại bài tập: tập hợp hàng dọc, dàn hàng đứng nghiêm, nghỉ cho người thân xem. | Đội hình nhận lớp  GV  \* \* \* \* \* \* \* \*  \* \* \* \* \* \* \*  \* \* \* \* \* \* \*  \* \* \* \* \* \* \*  - Đội hình khởi động  - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV.  HS quan sát GV làm mẫu  - Đội hình tập luyện đồng loạt.  GV  \* \* \* \* \* \* \* \*  \* \* \* \* \* \* \*  \* \* \* \* \* \* \*  \* \* \* \* \* \* \*  - HS làm theo hướng dẫn của GV  - Các nhóm di chuyển theo vị trí mà GV quy đinh  - Chơi theo đội hình hàng ngang  - HS trả lời  - HS tham gia chơi  HS thực hiện thả lỏng  - ***ĐH kết thúc***  GV  \* \* \* \* \* \* \* \*  \* \* \* \* \* \* \*  \* \* \* \* \* \* \*  \* \* \* \* \* \* \* |

**BỔ SUNG**

Buổi chiều:

**Tiết 2 -Lớp 1A**

**TỔ CHỨC LỚP – TRÒ CHƠI VẬN ĐỘNG**

- Giúp cho đại bộ phận các em học sinh biết được nội dung chương trình học của lớp 1 và lựa chọn được cán sự, phân chia được tổ, hướng dẫn HS 1 số kĩ năng nhóm.

- HĐ 1 : LT tập trung lớp - GV nhận lớp, kiểm tra sĩ số

-HĐ 2 : + Phổ biến yêu cầu giờ học: GV cần quy định chặt chẽ về trang phục của học sinh, ý thức tổ chức kỉ luật trong giờ học.

+ GV chọn CS và phân chia tổ tập luyện dựa trên đặc điểm, tình hình của lớp học.

----------------------------------------------------------------------

**BỔ SUNG***:*

Buổi chiều:

**Tiết 3 -Lớp 1C**

**TỔ CHỨC LỚP – TRÒ CHƠI VẬN ĐỘNG**

- Giúp cho đại bộ phận các em học sinh bước đầu nắm được các kiến thức được làm trong chương trình giáo dục thể chất lớp 1. Chọn được cán sự lớp và chia được các nhóm. HS bước đầu làm quen với khẩu lệnh của GV.

- HĐ 1 : LT tập trung lớp - GV nhận lớp, kiểm tra sĩ số

-HĐ 2 : + Phổ biến yêu cầu giờ học: GV cần quy định chặt chẽ về trang phục của học sinh, ý thức tổ chức kỉ luật trong giờ học.

+ GV chọn CS và phân chia tổ tập luyện dựa trên đặc điểm, tình hình của lớp học.

Thứ tư ngày 11 tháng 9 năm 2024

**BỔ SUNG***:*

Buổi sáng:

**Tiết 1 -Lớp 1D**

**TỔ CHỨC LỚP- TRÒ CHƠI VẬN ĐỘNG**

*( Đã soạn vào thứ ba ngày 10/09/2024)*

- Học sinh bước đầu làm quen với các nội dung trong chương trình giáo dục thể chất lớp 1. Chọn được cán sự lớp và chia được các nhóm. HS bước đầu làm quen với khẩu lệnh của GV.

- HĐ 1 : LT tập trung lớp - GV nhận lớp, kiểm tra sĩ số

-HĐ 2 : + Phổ biến yêu cầu giờ học: GV cần quy định chặt chẽ về trang phục của học sinh, ý thức tổ chức kỉ luật trong giờ học.

+ GV chọn CS ( HS giới thiệu và GV lựa chọn)và phân chia tổ tập luyện dựa trên đặc điểm, tình hình của lớp học.

( Cần quan tâm chú ý bạn Khánh)

----------------------------------------------------------------------

Buổi sáng:

**Tiết 2 -Lớp 1A**

**TƯ THẾ ĐỨNG NGHIÊM, ĐỨNG NGHỈ**

**TẬP HỢP HÀNG DỌC, DÓNG HÀNG, ĐIỂM SỐ**

**TRÒ CHƠI VẬN ĐỘNG**

**I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT**

**1. Kiến thức:**

- Học động tác tư thế đứng nghiêm, đứng nghỉ, tập hợp hàng dọc, dóng hàng, điểm số. HS biết khẩu lệnh và cách thức thực hiện động tác để thực hiện nhiệm vụ học tập.

- Tích hợp GDQCN: HS giữ gìn, bảo vệ tài sản và chấp hành đầy đủ nội quy, quy định của nhà trường, cơ sở trợ giúp xã hội và cơ sở giáo dục khác.

**1.Về phẩm chất:**

- 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.

**3.Về năng lực chung:**

**3.1Năng lực chung:**

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước khẩu lệnh, cách thực hiện tư thế đứng nghiêm, đứng nghỉ, tập hợp hàng dọc, dóng hàng, điểm số trong sách giáo khoa.

- Giao tiếp và hợp tác: Thông qua các hoạt động nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

* 1. **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.

- Tự giác, tích cực trong tập luyện; Yêu nước, chăm chỉ, trách nhiệm và trung thực.

**II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC**

- Giáo viên chuẩn bị:  Tranh ảnh động tác tư thế đứng nghiêm, đứng nghỉ, tập hợp hàng dọc, dóng hàng, điểm số, trang phục thể thao, còi phục vụ trò chơi.

-Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | **LV Đ** | **Phương pháp, tổ chức và yêu cầu** | |
|  |  | **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **1. Hoạt động mở đầu**  Nhận lớp  Khởi động  - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...  - Trò chơi “ Lộn cầu vồng”  **2. Hình thành kiến thức**  ***a.ĐHĐN:***  \* Đứng nghiêm, đứng nghỉ    \* Tập hợp hàng dọc, dóng hàng, điểm số  **3. Hoạt động tập luyện**  - Tập luyện đồng loạt  - Tập luyện theo nhóm  - Tập luyện cặp đôi  ( Thực hiện tư thế nghiêm, nghỉ)  \* Thi đua  + Trò chơi : Diệt các con vật có hại  - Gọi tên trò chơi.  - Hướng dẫn cách chơi  GV hỏi HS xem những con vật nào có hại, có ích(kết hợp xem 1 số tranh)  Thống nhất cả lớp khi nêu tên con vật có hại thì hô “diệt!diệt!diệt” tên con vật có ích thì đứng im, ai hô là sai.  **4. Hoạt động vận dụng**  \* Thả lỏng cơ toàn thân.  \* GDQCN: Để thực hiện tốt nội dung trong tiết học con cần phải là gì?  \* Nhận xét, đánh giá chung của buổi học.  Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà  \* Xuống lớp | 5 – 7’  2 x 8 N  6-10’  **8-10’**  2-3 lần  2-3 lần  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 cho HS quan sát tranh, hướng dẫn , thị phạm cho HS quan sát  - GV cùng 1 nhóm HS thị phạm, GV phân tích, hướng dẫn đọc khẩu lệnh  Hướng dẫn học sinh hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu.  - GV chia nhóm HS thực hiện- GV quan sát giúp đỡ  - 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, tổ chức chơi trò chơi cho HS.  - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật  - GV hướng dẫn  - GV hỏi  GV chốt: Thực hiện tốt nội quy, quy định, giữ gìn, bảo vệ tài sản của nhà trường, cơ sở trợ giúp xã hội và cơ sở giáo dục khác.  - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs.  - VN thực hiện lại bài tập: tập hợp hàng dọc, dàn hàng đứng nghiêm, nghỉ cho người thân xem. | Đội hình nhận lớp  GV  \* \* \* \* \* \* \* \*  \* \* \* \* \* \* \*  \* \* \* \* \* \* \*  \* \* \* \* \* \* \*  - Đội hình khởi động  - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV.  - Đội hình HS quan sát tranh  HS quan sát GV làm mẫu  - Đội hình tập luyện đồng loạt.  GV  \* \* \* \* \* \* \* \*  \* \* \* \* \* \* \*  \* \* \* \* \* \* \*  \* \* \* \* \* \* \*  - TT hô- HS thực hiện  \* \* \* \* \*  \* \* \*  \* \*  \* \* GV \* \* \* \*  \* \* \*  \* \* \* \*  - HS thay phiên nhau hô và thực hiện    ∇    - Chơi theo đội hình hàng ngang  HS thực hiện thả lỏng  - ***ĐH kết thúc***  - HS trả lời/ HS nhận xét  - HS lắng nghe, ghi nhớ |

***\*BỔ SUNG:***

Buổi sáng:

**Tiết 3 -Lớp 1B**

**TƯ THẾ ĐỨNG NGHIÊM, ĐỨNG NGHỈ**

**TẬP HỢP HÀNG DỌC, DÓNG HÀNG, ĐIỂM SỐ**

**TRÒ CHƠI VẬN ĐỘNG**

-HĐ 2 : + Phổ biến yêu cầu giờ học: GV cần quy định chặt chẽ về trang phục của học sinh, ý thức tổ chức kỉ luật trong giờ học.

+ ĐHĐN: GV mời HS thực hiện thị phạm động tác, hướng dẫn phân tích tập hợp hàng dọc, dóng hàng, điểm số.

( GV cần chú ý tích hợp Tích hợp GDQCN: HS giữ gìn, bảo vệ tài sản và chấp hành đầy đủ nội quy, quy định của nhà trường, cơ sở trợ giúp xã hội và cơ sở giáo dục khác: ngay ở Phần mở đầu, nhận lớp)

***\*BỔ SUNG:***

Buổi sáng:

**Tiết 4 -Lớp 1C**

**TƯ THẾ ĐỨNG NGHIÊM, ĐỨNG NGHỈ**

**TẬP HỢP HÀNG DỌC, DÓNG HÀNG, ĐIỂM SỐ**

**TRÒ CHƠI VẬN ĐỘNG**

- HS bước đầu biết thực hiện động tác và hô khẩu lệnh, tham gia vào trò chơi chủ động, tích cực.

- HĐ 1 : LT tập trung lớp - GV nhận lớp, kiểm tra sĩ số

-HĐ 2 : + ĐHĐN: Phân chia tổ luyện tập: GV hướng dẫn HS cách di chuyển nhóm tổ, cách thực hiện luyện tập cặp đôi

- GV tổ chức thi đua cá nhân- Hướng dẫn HS nhận xét

( GV cần chú ý tích hợp Tích hợp GDQCN: HS giữ gìn, bảo vệ tài sản và chấp hành đầy đủ nội quy, quy định của nhà trường, cơ sở trợ giúp xã hội và cơ sở giáo dục khác: ngay ở Phần mở đầu, nhận lớp)

Thứ năm ngày 12 tháng 9 năm 2024

Buổi sáng:

**Tiết 1 -Lớp 3C**

**BIẾN ĐỔI ĐỘI HÌNH TỪ MỘT VÒNG TRÒN**

**THÀNH HAI, BA VÒNG TRÒN VÀ NGƯỢC LẠI**

**TRÒ CHƠI VẬN ĐỘNG**

I.**YÊU CẦU CẦN ĐẠT**

**1. Kiến thức:**

- Học động tác biến đổi đội hình từ một vòng tròn thành ba vòng tròn và ngược lại. Hs biết khẩu lệnh và cách thức thực hiện động tác để thực hiện nhiệm vụ học tập.

**2.Về phẩm chất:**

- 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.

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

**3.Về năng lực**:

**3.1 Năng lực chung:**

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước khẩu lệnh, cách thực hiện biến đổi đội hình từ một vòng tròn thành ba vòng tròn và ngược lại trong sách giáo khoa.

- Giao tiếp và hợp tác: Thông qua các hoạt động nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

**3.2 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.

- Tự giác, tích cực trong tập luyện; Yêu nước, chăm chỉ, trách nhiệm và trung thực.

**II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC**

- Giáo viên chuẩn bị:  Tranh ảnh động tác biến đổi đội hình từ một vòng tròn thành ba vòng tròn và ngược lại, trang phục thể thao, còi phục vụ trò chơi.

-Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | **LV Đ** | **Phương pháp, tổ chức và yêu cầu** | |
| **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **1. Hoạt động mở đầu**  **a. 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 *“Làm theo lời nói không làm theo hành động”*    **2. Hoạt động hình thành kiến thức.**  **\* Biến đổi đội hình từ một vòng tròn thành ba vòng tròn và ngược lại.**  *- Từ một vòng tròn thành ba vòng tròn:*  + CB: ĐH một vòng tròn.  + Khẩu lệnh: Bạn A làm chuẩn, theo 1-2-3, 1-2-3,… điểm số.  *+* Động tác: Lần lượt từ bạn A quay mặt qua trái, hô to số của mình theo thứ tự 1-2-3, 1-2-3…, rồi quay mặt về tư thế ban đầu. Bạn cuối cùng hô to số của mình và hô “hết”.  + Động tác biến đổi: Số 2 làm chuẩn; số 1 bước chân trái lên trước số 2, đồng thời số 3 bước chân phải về sau số. Sau đó, số 1 và số 3 thu chân còn lại về tư thế đứng nghiêm.  *- Từ ba vòng tròn trở về một vòng tròn:*  + Khẩu lệnh: “Về vị trí cũ…Bước!”.  + Động tác: Số 2 làm chuẩn; số 1 bước chân phải, đồng thời số 3 bước tiến chân trái về vị trí cũ. Sau đó số 1 và số 3 thu chân còn lại về tư thế đứng nghiêm.  **3. Hoạt động luyện tập.**  **a. Biến đổi đội hình từ một vòng tròn thành ba vòng tròn và ngược lại.**  *Tập đồng loạt*  *Tập theo tổ nhóm*  *Thi đua giữa các tổ*  **b.Trò chơi** *“Kết bạn”*  TC kết bạn  **4. Vận dụng**  - Thả lỏng cơ toàn thân.  - Củng cố hệ thống bài học  - Nhận xét và hướng dẫn tập luyện ở nhà. | 6-10’  1-2’    3-5’  1-2’  5-7’  10-15’  8-10’  4-6’  4-5’ | - 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.  - Cho HS quan sát tranh  - GV làm mẫu 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  \* \* \* \* \* \* \* \*  \* \* \* \* \* \* \*  \* \* \* \* \* \* \*  \* \* \* \* \* \* \*    3vong tròn thành 1  \* \* \* \* \* \*  \* \* \* \* \* \*  \* \* \* \* \* \*  \* \* \* \* \* \*  GV  - Hs tiến hành tập luyện theo sự hướng dẫn của Gv và cán sự lớp.  \* \* \* \* \*  \* \* \*  \* \*  \* \* GV \* \* \* \*  \* \* \*  \* \* \* \* \*  - Hs thay phiên nhau hô nhịp.  - 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. |

**\* BỔ SUNG**

Buổi sáng:

**Tiết 2- 3D**

**BIẾN ĐỔI ĐỘI HÌNH TỪ MỘT VÒNG TRÒN**

**THÀNH HAI, BA VÒNG TRÒN VÀ NGƯỢC LẠI**

**TRÒ CHƠI VẬN ĐỘNG**

**-**  HS bước đầu biết hô khẩu lệnh và biết thực hiện các biến đổi đội hình từ một vòng tròn thành hai, ba vòng tròn và ngược lại. Biết tham gia phố hợp hoạt động nhóm, cặp đôi và tham gia tích cực trò chơi.

HĐ 1: CS điều khiển khởi động, GV hướng dẫn HS cách tổ chức trò chơi.

* HĐ 2: - ĐHĐN: GV phân tích, hướng dẫn các khẩu lệnh

+ GV chia nhóm tổ thực hiện và thi đua

**\* BỔ SUNG**

Buổi sáng:

**Tiết 3- 3A**

**BIẾN ĐỔI ĐỘI HÌNH TỪ MỘT VÒNG TRÒN**

**THÀNH HAI, BA VÒNG TRÒN VÀ NGƯỢC LẠI**

**TRÒ CHƠI VẬN ĐỘNG**

**-**  HS nắm bắt được khẩu lệnh và biết thực hiện các biến đổi đội hình từ một vòng tròn thành hai, ba vòng tròn và ngược lại. Biết tham gia phố hợp hoạt động nhóm, cặp đôi và tham gia tích cực trò chơi.

HĐ 1: GV nhận lớp nắm bắt tình hình lớp.

* HĐ 2: - ĐHĐN: GV mời HS thực hiện.

+ GV chia nhóm tổ thực hiện và thi đua ( GV lần lượt mời HS lên thực hiện hô- TT sẽ nhận xét các bạn trong phần đánh giá thi đua).

- Trò chơi: HS tích cực tham gia và tổ chức trò chơi.

**\* BỔ SUNG**

Buổi sáng

**Tiết 4-3B**

**BIẾN ĐỔI ĐỘI HÌNH TỪ MỘT VÒNG TRÒN**

**THÀNH HAI, BA VÒNG TRÒN VÀ NGƯỢC LẠI**

**TRÒ CHƠI VẬN ĐỘNG**

**-**  HS nắm bắt được khẩu lệnh và biết thực hiện các biến đổi đội hình từ một vòng tròn thành hai, ba vòng tròn và ngược lại. Biết tham gia phối hợp hoạt động nhóm, cặp đôi và tham gia tích cực trò chơi.

HĐ 1: GV nhận lớp nắm bắt tình hình lớp.

* HĐ 2: - ĐHĐN: GV mời HS thực hiện.

+ GV chia nhóm tổ thực hiện và thi đua

----------------------------------------------------------------

Buổi chiều

**TIẾT 1- Lớp 5D**

**BÀI TẬP PHỐI HỢP ĐỘI NGŨ, ĐỘI HÌNH HÀNG – TRÒ CHƠI VẬN ĐỘNG**

**I**.**YÊU CẦU CẦN ĐẠT**

**1. Kiến thức:**

- Học bài tập phối hợp đội ngũ, đội hình hàng ngang. Nắm được cách chơi và luật chơi trò chơi: Xếp số nhanh. Hs biết khẩu lệnh và cách thức thực hiện động tác để thực hiện nhiệm vụ học tập.

( HSKT: HS bước đầu biết lắng nghe khẩu lệnh hiện theo khẩu lệnh, di chuyển vị trí theo hướng dẫn của GV)

**2.Về phẩm chất:**

- 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.

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

**3.Về năng lực**:

**3.1 Năng lực chung:**

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước khẩu lệnh, cách thực hiện bài tập phối hợp đội ngũ hàng ngang trong sách giáo khoa.

- Giao tiếp và hợp tác: Thông qua các hoạt động nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

**3.2 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.

- Tự giác, tích cực trong tập luyện; Yêu nước, chăm chỉ, trách nhiệm và trung thực.

**II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC**

- Giáo viên chuẩn bị:  Tranh ảnh động tác, trang phục thể thao, còi .

-Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | **LV Đ** | **Phương pháp, tổ chức và yêu cầu** | |
| **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 *“Tàu siêu tốc”* | 5’– 7’  3’- 5’  1-2l  2lx8n  1’- 2’ | - 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. | - 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. |
| **II. Hoạt động hình thành kiến thức mới:**  ***Bài tập phối hợp đội ngũ hàng ngang:***  - Chuẩn bị: Đứng tự nhiên.  - Thực hiện: Phối hợp theo trình tự các nội dung: (1) Tập hợp một hoặc nhiều hàng ngang; (2) Dóng hàng; (3) Điểm số; (4) Quay trái; (5) Quay phải; (6) Quay sau (H.4). | 5’–7’ | - Cho HS quan sát tranh  - GV làm mẫu 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 nắn và sửa sai cho Hs. | - Hs lắng nghe, tiếp thu và ghi nhớ.  - Tập luyện theo sự hướng dẫn của Gv.  GV  \* \* \* \* \* \* \* \*  \* \* \* \* \* \* \*  \* \* \* \* \* \* \*  \* \* \* \* \* \* \* |
| **III. Hoạt động luyện tập:**  \* Tập bài tập phối hợp đội ngũ hàng ngang:  *- Tập luyện cá nhân*  *- Tập luyện theo cặp*  *- Tập luyện theo tổ nhóm*  *- Thi đua giữa các tổ*  **2.Trò chơi *“Xếp số nhanh”*** | 10-15’  3 lần  3 lần  3 lần  1lần  1’–3’ | - GV tổ chức cho HS luyện tập  - GV quan sát, nhận xét, sửa sai cho HS.  - GV tổ chức cho HS luyện tập cặp đôi  - GV sửa sai  - Yc tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực quy định.  - GV sửa sai  - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.  - 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. | - HS tập theo hướng dẫn của giáo viên        ∇  - Hs tiến hành tập luyện cặp đôi theo sự hướng dẫn của Gv:    ∇    - Hs tiến hành tập luyện theo tổ nhóm dưới sự hướng dẫn của Gv và cán sự lớp:  • • • • • • • • • •  ∇  • •  • •  • •  • •  -Tổ trưởng điều khiển lớp tập luyện  - 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. |
| **IV. Vận dụng**  - Thả lỏng cơ toàn thân.  - Củng cố hệ thống bài học  - Nhận xét và hướng dẫn tập luyện ở nhà. | 4’- 6’ | - 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. | - 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. |

**BỔ SUNG**

Buổi chiều:

**TIẾT 2- Lớp 1D**

**TƯ THẾ ĐỨNG NGHIÊM, ĐỨNG NGHỈ**

**TẬP HỢP HÀNG DỌC, DÓNG HÀNG, ĐIỂM SỐ**

*( Đã soạn ngày 11 tháng 9 năm 2024)*

- HS bước đầu biết thực hiện động tác và hô khẩu lệnh, bước đầu biết thực hiện theo khẩu lệnh và phân chia vị trí cách thức luyện tập của GV, tham gia vào trò chơi chủ động, tích cực.

- HĐ 1 : LT tập trung lớp - GV nhận lớp, kiểm tra sĩ số

-HĐ 2 : + ĐHĐN: Phân chia tổ luyện tập: GV hướng dẫn CS, TT, HS cách di chuyển nhóm tổ, cách thực hiện luyện tập cặp đôi

*( Chú ý HS Khánh)*

( GV cần chú ý tích hợp Tích hợp GDQCN: HS giữ gìn, bảo vệ tài sản và chấp hành đầy đủ nội quy, quy định của nhà trường, cơ sở trợ giúp xã hội và cơ sở giáo dục khác: ngay ở Phần mở đầu, nhận lớp)

**BỔ SUNG**

Buổi chiều:

**TIẾT 3- Lớp 5E**

**BÀI TẬP PHỐI HỢP ĐỘI NGŨ, ĐỘI HÌNH HÀNG – TRÒ CHƠI VẬN ĐỘNG**

*( Đã soạn ở tiết 1)*

* HS thực hiện và bước đầu vận dụng được nội dung phối hợp đội ngũ, đội hình hàng ngang vào các hoạt động tập thể. Biết sửa sai động tác thông qua nghe và quan sát tập luyện. Có trách nhiệm với tập thể, tự tin, tích cực và giúp đỡ bạn trong tập luyện.
* HĐ1: LT tập trung lớp - GV nhận lớp, kiểm tra sĩ số
* HĐ 2 : + ĐHĐN: Phân chia tổ luyện tập: GV hướng dẫn CS, TT, HS cách di chuyển nhóm tổ, cách thực hiện luyện tập cặp đôi

- GV tổ chức thi đua theo cặp đôi- Hướng dẫn HS nhận xét

( HSKT: HS biết và nhắc theo một số khẩu lệnh, bước đầu thực hiện theo khẩu lệnh di chuyển vị trí theo yêu cầu GV)

Thứ sáu ngày 13 tháng 9 năm 2023

Buổi sáng:

**CÂU LẠC BỘ CỜ VUA**

**Tiết 1: LỚP 1A**

**NHỮNG KIẾN THỨC CƠ BẢN TRONG MÔN CỜ VUA**

**I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT**

**1. Kiến thức:** HS làm quen với bôn môn cờ vua, biết nguồn gốc, lợi ích cờ vua….

**2.Về phẩm chất:** Bài học giúp 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 hoạt động và có trách nhiệm trong khi học.

**3. Về năng lực**:

**3.1. Năng lực chung:**

- Tự chủ và tự học: Tự tìm hiểu các kiến thức có liên quan.

- Giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong nhóm để thực hiện các nội dung trong tiết học.

**3.2. Năng lực đặc thù:**

- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh vị trí học tập và đồ dùng học tập

- NL vận động cơ bản: Nắm bắt được nguồn gốc của cờ vua, biết vai trò và lợi ích của cờ vua trong cuộc sống, biết đến 1 số kiện tướng cờ vua của Việt Nam.

**II. ĐỊA ĐIỂM- PHƯƠNG TIỆN**

**- Địa điểm**: Tại lớp học

**- Phương tiện:**  Máy tính, bàn cờ

**III. PHƯƠNG PHÁP VÀ HÌNH THỨC TỔ CHỨC DẠY HỌC**

- Phương pháp dạy học chính: sử dụng lời nói.

- Hình thức dạy học chính: Luyện tập nhóm, luyện tập cá nhân

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | **Thời gian** | **Phương pháp, tổ chức và yêu cầu** | |
|  |  | **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **1. Hoạt động mở đầu**  Nhận lớp  Khởi động  - Hát 1 bài hát  **2. Hình thành kiến thức:**  ***a.Tìm hiểu môn cờ vua***  +Nguồn gốc: Xuất hiện ở ấn Độ vào thế kỉ thứ VI sau công nguyên  +lịch sử phát triển: Từ ấn Độ được chuyển sang trung á, Châu âu và hiện nay nó là môn thể thao phổ biến trên toàn thế giới. Hiện nay cờ vua là một trong 10 môn thể thao mũi nhọn ở Việt Nam  +Đặc điểm, tính chất: Cờ vua là môn thể thao đòi hỏi về các tố chất thể lực song có yêu cầu cao về sự bền bỉ, mưu thí, thông minh, óc sáng tạo ở người chơi. Nó không đòi hỏi về sân bãi , dụng cụ phức tạp và tập luyên không nhất thiết phải đông người, hình thức tập luyện phong phú đa dạng.  + Tác dụng: Cờ vua là môn thể thao có tác dụng phát triển tư duy lôgic, luyện trí thông minh, giáo dục những phẩm chất tốt đẹp như tính tổ chức kỉ luật, kiên cường, bình tĩnh, luyện mưu trí, óc sáng tạo....  **b. Tìm hiểu một số kiện tướng cờ vua Việt Nam**  - Đại kiện tướng: Đào Thiên Hải, Từ Hoàng Thông, Nguyễn Anh Dũng, Cao Sang, Nguyễn Ngọc Trường Sơn, Lê Quang Liêm…..  **3. Hoạt động luyện tập**  Trả lời các câu hỏi lên quan đến bà học.  Câu 1: Cờ vua có nguồn gốc đầu tiên ở nước nào?  Câu 2: Học cờ vua có lợi ích gì?  Câu 3: Em ấn tướng với kiện tướng cờ vua nào nhất?  **4. Hoat động vận dụng**   * Củng cố kiến thức   Nhận xét tiết học | 5 – 7’  10-12’  4-5’  6-8’  6-8’  4-5’ | - GV kiểm tra sĩ số  - Gv khởi động cùng học sinh.  **- GV trình chiếu nội dung**  - GV hướng dẫn , giới thiệu  - GV giới thiệu, GV trình chiếu cho HS quan sát  - GV trình chiếu, giới thiệu tiểu sử và thành tích của các nhân vật  - GV đặt ra các câu hỏi cho HS trả lời  - GV cùng HS củng cố  ? GV hỏi HS đã học những nội dung kiến thức gì trong tiết học hôm nay?  - GV nhận xét | Đội hình nhận lớp  - Học sinh thực hiện cùng GV  - HS quan sát, lắng nghe, ghi nhớ  ( HS KT cần lắng nghe biết nguồn gốc)  - HS trả lời  - HS quan sát, nhận xét  - HS quan sát, ghi nhớ  - HS quan sát, ghi nhớ  - HS quan sát  - HS lắng nghe, quan sát  - HS thực hiện theo yêu cầu của GV  ( HSKT có thể nhớ tên 1 nhân vật)  - HS thảo luận  -HS trả lời  ( HSKT biết tham gia trao đôi hoạt động nhóm)  - HS nhận xét  HS lắng nghe, ghi nhớ |

***BỔ SUNG***

*Buổi sáng:*

**Tiết 2 -Lớp 1B**

**NHỮNG KIẾN THỨC CƠ BẢN TRONG MÔN CỜ VUA**

- Giúp cho đại bộ phận các em học sinh biết được các năng lực chung và năng lực đặc thù trong bài học.

- HĐ 1 : LT tập trung lớp - GV nhận lớp, kiểm tra sĩ số

-HĐ 2 : + Hình thành kiến thức mới: GV trình chiếu, hướng dẫn HS khám phá bằng việc: GV nêu cho thảo luận nhóm và trả lời.

*-------------------------------------------------------------*

***BỔ SUNG***

*Buổi sáng:*

**Tiết 3 -Lớp 1C**

**NHỮNG KIẾN THỨC CƠ BẢN TRONG MÔN CỜ VUA**

- Giúp cho đại bộ phận các em học sinh bước đầu nắm được nguồn gốc của cờ vua, lợi ích của cờ vua và biết thêm một số thông tin về các kiện tướng cờ vua Việt Nam.

- HĐ 1 : GV nắm bắt được tình hình, tâm lí học sinh

-HĐ 2 : + GV trình chiếu xen lẫn các câu hỏi có liện quan.

**-------------------------------------------------**

***BỔ SUNG***

*Buổi sáng:*

**Tiết 4 -Lớp 1D**

**NHỮNG KIẾN THỨC CƠ BẢN TRONG MÔN CỜ VUA**

- Giúp cho đại bộ phận các em học sinh biết được các năng lực chung và năng lực đặc thù trong bài học.

- HĐ 1 : Lớp trưởng lên cho HS khởi đông tiết học.

-HĐ 2 : + Phổ biến yêu cầu giờ học: GV cần quy định chặt chẽ về nội quy giờ học.

- GV đưa ra các câu hỏi cho HS thảo luận và trả lời theo nhóm cặp đôi.

Ban lãnh đạo duyệt, ngày 6 tháng 9 năm 2024

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **NGƯỜI LẬP KẾ HOẠCH**  **Nguyễn Thị Thùy Linh** | **TỔ TRƯỞNG**  **Vũ Thị Phương Thanh** | **PHÓ HIỆU TRƯỞNG**  **Phạm Thị Huyền** |