**GIÁO DỤC THỂ CHẤT**

**BÀI 3:  VẬN ĐỘNG CỦA CHÂN (Tiết 2 )**

**I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT:**

- HS biết quan sát tranh ảnh, động tác làm mẫu của GV để tập luyện. Thực hiện được nội dung các tư thế, kĩ năng vận động của chân và vận dụng được vào trong các hoạt động tập thể.

\* ***Phát triển năng lực***: Quan sát (biết quan sát mẫu để tập đúng động tác), tư duy.

\* ***Phát triển phẩm chất***: Trách nhiệm, nhân ái.

**II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC:**

- GV: Tranh vận động của chân, còi.

- HS: Trang phục gọn gàng

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

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | **LVĐ** | | **Phương pháp, tổ chức và yêu cầu** | |
| **Thời gian** | **Số lượng** | **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **I. Phần Mở đầu**  a) Khởi động chung  - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...  b) Khởi động chuyên môn.  - Các động tác bổ trợ chuyên môn  c) Trò chơi  - Trò chơi “*Mèo đuổi chuột”*  **II. Phần cơ bản:**  **\* Kiến thức.**  **Bài tập phối hợp các động tác chân**  **bài tập chân1**  N1: Chân trái sang ngang  N2: Về TTCB  N3: Chân phải sang ngang  N4: Về TTCB  bài tập chân1 - 1  N5: Chân trái ra trước  N6: Về TTCB  N7: Chân phải ra trước  N8: Về TTCB  bài tập chân 2  N1: Kiễng gót chân  N2: Về TTCB  N3: Như nhịp 1  N4: Về TTCB  **bài tập chân 2-2**  N5: Chân trái ra sau  N6: Về TTCB  N7: Chân phải ra sau  N8: Về TTCB  **\* Luyện tập**  - Luyện tập nhóm  - Luyện tập cá nhân  **III. Phần kết thúc**  \*Thả lỏng cơ toàn thân.  \* Nhận xét, đánh giá chung của buổi học.  - Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà. | 5 – 7’  16-18’  4 - 5’ | 2x8N    2x8N | .- GV HD học sinh khởi động.  - GV hướng dẫn chơi.  - Cho HS quan sát tranh  - GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác.  -Tổ chức luyện tập như phần luyện tập của hoạt động 1  - GV hướng dẫn  -Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của HS.  - VN ôn bài và chuẩn bị bài sau. | - Đội hình khởi động  x x x x x x x  -GV-  - HS khởi động theo hướng dẫn của GV.  - HS tích cực, chủ động tham gia trò chơi.  - Đội hình HS quan sát tranh  x x x x x x x  -GV-  - HS quan sát GV làm mẫu.  - HS luyện tập như phần luyện tập của hoạt động 1  - HS thực hiện  - ***ĐH kết thúc***  x x x x x x x x x x x x x x  -GV- |

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT HỌC**

………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………