**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 mônc) 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 ngangN2: Về TTCBN3: Chân phải sang ngangN4: Về TTCBbài tập chân1 - 1N5: Chân trái ra trướcN6: Về TTCBN7: Chân phải ra trước N8: Về TTCB bài tập chân 2N1: Kiễng gót chânN2: Về TTCBN3: Như nhịp 1N4: Về TTCB**bài tập chân 2-2**N5: Chân trái ra sauN6: Về TTCBN7: 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 độngx 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**

………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………