GIÁO DỤC THỂ CHẤT

**VẬN ĐỘNG PHỐI HỢP CỦA CƠ THỂ TIẾP THEO (Tiết 3 )**

**I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT**

- Thực hiện được: Bài tập phát triển năng lực phối hợp vận động của cơ thể

và vận dụng được vào trong các hoạt động tập thể.

***\* Hình thành và phát triển năng lực:*** tự chủ và tự học; giao tiếp và hợp tác; năng lực quan sát

***\* Hình thành và phát triển Phẩm chất:*** Tham gia tích cực các trò chơi vận động

và bài tập phát triển thể lực. Hoàn thành lượng vận động theo yêu cầu, phát triển thể lực. Nghiêm túc, tích cực trong tập luyện và hoạt động tập thể. Hình thành thói quen tập luyện thể TDTT.

**II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC**

**-** GV: Tranh động tácvận động cơ thể.

- HS: Trang phục gọn gàng.

**III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY - HỌC.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | **LVĐ** | | **Phương pháp, tổ chức và yêu cầu** | |
| **Thời gian** | **Số lg** | **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **I. Phần Mở đầu**  **Khởi động**  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 “*Chim bay, cò bay”*  **II. Phần cơ bản:**  **\* Kiến thức.**  - Bài tập phát triển năng lực phối hợp vận động của cơ thể  - GV đưa tranh động tác vận động của cơ thể  **\* Luyện tập**  - GV cho HS tập cá nhân  - Tổ chức tập theo tổ  - Tổ chức tập đồng loạt  **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 phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học.  - GV HD học sinh khởi động.  - GV hướng dẫn chơi.  -GV hướng dẫn  - Tổ chức luyện tập như phần luyện tập  - GV hướng dẫn  - GV theo dõi từng tổ tập luyện  - GV hướng dẫn HS thả lỏng  -Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của HS.  - VN ôn bài và chuẩn bị bài sau. | - HS lắng nghe      - HS khởi động  - HS khởi động theo hướng dẫn của GV.  HS tích cực, chủ động tham gia trò chơi.  - HS quan sát tranh  - HS lắng nghe, nhận nhiệm vụ học tập.  HS tập cá nhân  HS tập theo tổ  HS tập đồng loat  - HS thực hiện thả lỏng |

**IV. Điều chỉnh sau tiết dạy:**

.....................................................................................................................................

.....................................................................................................................................