|  |  |
| --- | --- |
| **TRƯỜNG TH&THCS LẠNG PHONG** | **Chuyên đề SHCM Cấp tổ Môn : Giáo Dục Thể Chất** |
| **Giáo viên : Nguyễn Thị Hải Dịu** |  |
| **Ngày thực hiện : 04 / 10 / 2024** |  |

**KẾ HOẠCH BÀI DẠY**

**MÔN: GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 4**

**CHỦ ĐỀ 1: ĐỘI HÌNH ĐỘI NGŨ**

**BÀI 3: ĐI ĐỀU VÒNG SAU** **(Tiết 1)**

**I. Yêu cầu cần đạt:**

**1. Kiến thức, kỹ năng:**

- Biết và thực hiện được động tác đi đều vòng sau.

- Nghiêm túc, tích cực, tự giác tập luyện và chủ động khi tham gia các trò chơi.

- Hoàn thành lượng vận động theo yêu cầu, phát triển thể lực.

***2.* Về năng lực:**

***2.1. Năng lực chung:***

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước các động tác Đi đều vòng sau trong sách giáo khoa.

- Giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong 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.

- NL vận động cơ bản: Biết khẩu lệnh và thực hiện được động tác Đi đều vòng sau.

- NL thể dục thể thao: Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện.

**3.Về phẩm chất:** Bài học góp phần bồi dưỡng cho học sinh các phẩm chất cụ thể:

- 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.

**\* Học sinh khuyết tật:** Quan sát, thực hiện theo cả lớp, cố gắng ghi nhớ, làm theo dưới sự hướng dẫn của GV và cán sự lớp.

**II. Thiết bị dạy học và học liệu:**

**- Địa điểm**: Sân trường hoặc nhà thể chất.

**- Phương tiện:**

+ **Đối với giáo viên**: Giáo án, SGK, SGV. Kẻ vẽ sân tập theo nội dung của bài học. Còi, cờ, tranh ảnh, băng đĩa hình, dụng cụ luyện tập.

+ Đối với học sinh chuẩn bị: SGK, giày thể thao, trang phục thể thao, đảm bảo vệ sinh và an toàn trong tập luyện.

**III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học**

- Phương pháp dạy học chính: sử dụng lời nói, trực quan (tranh, ảnh, làm mẫu), tập luyện, trò chơi và thi đấu.

- Hình thức dạy học chính: Tập luyện đồng loạt (tập thể), tập theo nhóm, tập luyện theo cặp đôi.

**IV. Tiến trình dạy học chủ yếu:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | **Định lượng** | **Phương pháp, tổ chức và yêu cầu** | |
| **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **I. Hoạt động mở đầu** | 5-7’ |  |  |
| ***1. Nhận lớp:***  - Kiểm tra vệ sinh sân tập, trang phục tập luyện, sức khỏe của HS  - Phổ biến nội dung, yêu cầu tiết học |  | Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học | Đội hình nhận lớp    - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV.  - Hs lắng nghe, nắm nội dung bài học |
| ***2. Khởi động:***  - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... (theo nhạc) | 2Lx8N | - GV quan sát, nhắc học sinh tập đúng biên độ, nhịp hô. | Đội hình khởi động  Description: z2567054896735_798b4a0254fa5a6a88ddeb7b3ddaccfc Description: C:\Users\Administrator\Desktop\NĂM HỌC 2021-2022\HÌNH\HINH ANH LỚP 2_2_2\17_2_2.jpg  - HS khởi động theo sự điều khiển của cán sự. |
| ***3. Trò chơi bổ trợ khởi động:***  - Trò chơi " Kết bạn”    - Kiểm tra bài cũ |  | - GV nêu tên trò chơi, cách chơi, luật chơi, sau đó GV tổ chức cho cả lớp chơi  - Gọi 1 tổ lên thực hiện  - GV cùng HS quan sát và nhận xét, đánh giá. | Đội hình trò chơi    - HS chú ý nắm luật chơi, tích cực, chủ động tham gia trò chơi  - Học sinh thực hiện theo yêu cầu của giáo viên |
| **II. Hoạt động hình thành kiến thức mới:** | 5-7’ |  |  |
| **1. Khám phá**  **2. Hình thành động tác mới:**  a. Bài tập: Đi đều vòng sau bên phải.    b. Bài tập: Đi đều vòng sau bên trái |  | - GV nêu tên động tác.  -Cho HS xem tranh, ảnh, video động tác.  - GV mô tả động tác, phân tích, hướng dẫn cách thực hiện động tác (có thể vừa làm mẫu, vừa giảng giải, nhấn mạnh những yêu cầu của động tác).  - GV cho HS làm quen khẩu lệnh.  - Cho 1 -2 HS lên thực hiện động tác.  GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương  - GV nêu những sai thường mắc và cách khắc phục | Đội hình HS quan sát tranh, tập mẫu    + HS quan sát, lắng nghe GV nhận xét để vận dụng vào tập luyện.  - HS làm quen khẩu lệnh.  -1 tổ lên thực hiện động tác.  GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương  - HS lắng nghe |
| **III. Hoạt động luyện tập:** | 15-16’ |  |  |
| **1. Tập đồng loạt** | 2-3 lần | - GV quan sát, chỉ dẫn HS thực hiện  - GV tổ chức cho HS luyện tập các nội dung  - GV quan sát, nhận xét, sửa sai cho HS | - HS tập theo hướng dẫn của giáo viên  - Đội hình tập luyện đồng loạt.       |
| **2. Tập theo tổ nhóm** | 3-4 lần | - GV giao nhiệm vụ cho tổ trưởng, phân luyện tập theo khu vực.  - Quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS | ĐH tập luyện theo tổ, nhóm    - Hs thực hiện theo điều khiển của tổ trưởng.  HSquan sát và nhận xét lẫn nhau, giúp đỡ bạn tập chưa tốt. |
| **3. Thi đua giữa các tổ** |  | - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.  - GV nhận xét đánh giá tuyên dương. | - Từng tổ lên thi đua - trình diễn  - Hs nhận xét tổ bạn. |
| **4. Trò chơi vận động:**  Trò chơi “Đội nào nhanh hơn” | 1-2 lần | - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, luật chơi.  - Tổ chức cho HS chơi thử sau đó chơi chính thức, có thi đua.  *Chú ý: GV nhắc HS đảm bảo an toàn trong khi chơi.* | ĐH chơi trò chơi    - Hs chơi theo hướng dẫn của Gv  -HS tích cực tham gia chơi trò chơi vận động. |
| **\* Bài tập PT thể lực:**  Chạy xp cao 40m nghỉ 1p lặp lại lần 2; sau mỗi lần cần đi lại và hít thở sâu trong vòng một phút.  **\* Hồi tĩnh:**  Thả lỏng toàn thân đi lại hít thở 1 phút. |  | - GV hướng dẫn hs tập bài tập thể lực  - GV quan sát, giúp đỡ, hỗ trợ hs  - GV hướng dẫn HS thả lỏng | - HS quan sát, lắng nghe  - HS tập bài tập thể lực  - HS thực hiện thả lỏng |
| **IV. Hoạt động vận dụng** | 4-5’ |  |  |
| - Hệ thống lại nội dung tiết học  - Nhận xét giờ học  - Vận dụng |  | - GV mời 1 hs nhắc lại nội dung bài.  - GV nhận xét giờ học kết quả, ý thức, thái độ học của HS, đồng thời đưa ra hướng khắc phục hoặc trả lời câu hỏi của HS.  - GV hướng dẫn hs vận dụng động tác vào thực tiễn ( tập cùng người thân…) | Đội hình kết thúc    - HS trả lời câu hỏi  - HS lắng nghe và tiếp thu  - Yêu cầu HS quan sát tranh và trả lời bài tập Sgk  - Vận dụng: Qua bài học, HS vận dụng bài tập trong xếp hàng ra vào lớp, giờ sinh hoạt tập thể. |
| ***4. Xuống lớp*** |  |  | - HS đi theo hàng về lớp |

**IV. Điều chỉnh sau bài dạy (Nếu có).**

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………